بيوتٌ مطمئنة 2



د. عادل بن عبدالله العبدالجبار

دار الحضارة للنشر والتوزيع

الطبعة الأولى

ح دار الحضارة للنشر والتوزيع، ١٤٣٣هـ
فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر
العبدالجبار، عادل عبدالله
سري لها (بيوت مطمئنة ٢)./ عادل عبدالله العبدالجبار-
الرياض١٤٣٣هـ
٢٥٨ص ؛ ١٩ × ٢١ سم
ردمك: ٨ - ١١٤ - ٥٠٦ - ٦٠٣ - ٩٧٨
١ - العلاقات الزوجية ٢- العلاقات الأسرية أ. العنوان
ديوي ٣٠١,٤٢٧ ١٤٣٣/٥٠١٩

رقم الإيداع: ١٤٣٣/٥٠١٩
ردمك: ٨ - ١١٤ - ٥٠٦ - ٦٠٣ - ٩٧٨

الطبعة الأولى: ١٤٣٣هـ / ٢٠١٢

دار الحضارة للنشر والتوزيع
ص.ب ١٠٢٨٢٣ الرياض ١١٦٨٥
هاتف: ٢٤٩٦٥٥٥ - ٢٧٨٧٣٣٣ فاكس: ٢٤٨٣٠٠٤
المستودع تلفون: ٢٤١٦١٣٩ فاكس: ٢٤٢٢٥٢٨
الرقم الموحد: ٩٢٠٠٠٠٩٠٨

تصميم وإخراج الخطيب
0 5 5 4 2 6 7 4 3 6


بسم الله الرحمن الرحيم



المقدمة

الحمد لله القائل في كتابه العزيز: ﴿ مَنْ عَمِلَ صَٰلِحًا مِّن ذَكَرٍ أَوْ أُنثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُۥ حَيَوٰةً طَيِّبَةً ﴾، والصلاة والسلام على سيدنا ونبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين..

أما بعد:

فهذا كتاب **(سري لها)** ضمن سلسلة **(بيوت مطمئنة)** للدكتور عادل العبدالجبار.

حَوَت هذه السلسلة خلاصة تجاربه مع برنامجه الأسري المتميز (بيوت مطمئنة)، إضافة إلى استشارات ومشاركات متميزة.

وتتميز هذه السلسلة بتنوعها، ففيها ما هو خاص بالمتزوجين والمتزوجات، وما يتناسب مع الفتيات، وما يناسب الأسرة بعامة، من قصص وعبر ونصائح وتوجيهات ودرر وفوائد.

سائلين الله تبارك وتعالى أن ينفع بها، وأن تكون سبباً في سعادة البيوت واستقرارها..

إنه ولي ذلك والقادر عليه.

الناشر





هل تعتقدين أن زوجك عنيد؟

حسنًا؛ إذا كان الجواب نعم؛ فإن جزءًا كبيرًا من المشكلة يقع على عاتقك لأنك لا تعرفين كيف تتصرفين معه. فعندما تكونين على وشك التفوه بشيء أثناء المشكلة توقفي وفكري، هل ما ستقولينه الآن سيحقق الهدف الذي يتم السعي له أم أنه سيزيد المشكلة تعقيدًا؟! إذا كان الجواب أنه سيعقد الموضوع فإذن عليك التوقف والتفكير في حل آخر.



كيف تجعلين زوجك يشاطرك همومه؟

بوحي بأسرارك له! يجب أن يكون هناك إفشاء أسرار متبادلة مابين الشريكين.كل واحد لديه مشاكل، الكثير من الرجال يعتقد أنه بإفشاء مكنونات صدره سوف تتركه زوجته، لذلك عليك إعطاؤه الثقة.

عندما يبدأ في سرد أسراره، استمعي جيدًا لما يقوله، خذي خطوة للخلف واعرضي شيئًا إيجابيًّا، عندما يبوح لك بأسرار شخصية، قولي له مثلًا:أنا فعلًا معجبة بما قمت به. وضحي النقطة التي أعجبت به. أشعريه أنك دومًا في صفه.



فتوى:

هل يجوز شرعًا أن تنظر المرأة إلى جميع بدن زوجها والعكس كذلك بنية الاستمتاع بالحلال؟

يجوز للمرأة أن تنظر إلى جميع بدن زوجها، ويجوز كذلك للزوج أن ينظر إلى جميع بدن زوجته بدون تفصيل لقوله تعالى: ﴿وَالَّذِينَ هُمْ لِفُرُوجِهِمْ حَافِظُونَ (٥) إِلَّا عَلَى أَزْوَاجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ (٦) فَمَنِ ابْتَغَى وَرَاءَ ذَلِكَ فَأُولَئِكَ هُمُ الْعَادُونَ﴾ (المؤمنون: ٥-٧) المفتي ابن عثيمين رحمه الله.



كتمان الأحاسيس:

الإحساس بالمتعة في أثناء المعاشرة من الأمور التي تكتمها كثير من الزوجات، وكتمان هذا الإحساس يدفع إليه الحياء أحيانًا، والمكابرة أحيانًا أخرى، مع أن الإفصاح عنه وإظهاره مما يزيد في رغبة الزوجين واستمتاعهما وتحقيق أقصى ما يمكن من اللذة الجسدية والنفسية، ولهذا ننصح الزوجة بعدم كتمان الإحساس بالمتعة واللذة، بل حتى المبالغة في إظهار هذه الأحاسيس وعدم التحرج من ذلك، بل تحتسب الأجر في إعفاف زوجها.



زوجتي!

هل تعلمين لماذا أتضايق؟

- أتضايق عندما تنزعجين بسبب أقل شيء أفعله أو لا أفعله.
- أتضايق عندما أشعر بأني عرضة لانتقادك، ومرفوض وغير مرحب بي من قبلك.
- أتضايق عندما تخبرينني كيف أفعل هذا الشيء، وأن تتعاملي معي كطفل لا يعلم شيئًا.
- أتضايق عندما تندبين حظك بأنك تزوجتني، وأنها التعاسة حينما قبلت بي، ولا أشعر بأنني فارسك وفتى أحلامك.
- أتضايق عندما لا تثقين بي ولا تفهمينني كما يجب.
- أتضايق عندما تشعرين بالألم مما أقوله، وأن تسيئي الظن بي ومما أقوله.
- أتضايق عندما لا تقولين: أحبك وأشتاق إليك.
- أتضايق عندما لا تجعلينني أشعر بمقدار أهمية وجودي في حياتك.



غضب الزوج:

أطفئي غضب الزوج بسرعة التجاوب فإنه كالنار الملتهبة تلتهم كل ما أمامها.

- تخلصي مما وقعت فيه من الخطأ في الحال أمام الزوج، وإن رافقه اعتراف بالخطأ فهو أفضل، وإياك أن تعترضي عليه بأنه هو السبب في وقوعك بالخطأ، أو أنه يتعمد بالبحث عن أخطائك.
- تسابقي إلى التخلص من المغضبات وسترين ابتسامة بادية على محياه ولكنه يحاول أن يخفيها.
- مسارعتك في إزالة غضبه ستمكنك من التربع على عرش قلبه.



الإقبال والتمنع:

التوازن في الإقبال والتمنع، وهذه وسيلة مهمة، فلا يُقبل على الآخر بدرجة مفرطة، ولا يتمنع وينصرف عن صاحبه كليًا، وقد نُهِيَ عن الميل الشديد في المودة، وكثرة الإفراط في المحبة، ويحتاج التمنع إلى فطنة وذكاء فلا إفراط ولا تفريط، وفي الإفراط في الأمرين إعدام للشوق والمحبة، وقد ينشأ عن هذا الكثير من المشاكل في الحياة الزوجية.

التمنع:

- الرجل يجري خلف المرأة التي تستعصي عليه ولا يأبه بالمرأة السهلة بل يهملها؛ لأن الإنسان مجبول بفطرته على أن الشيء السهل يزهد فيه والشيء الصعب يتمسك به.

- صفة التمنع والإباء تحتاج من المرأة الفطنة والذكاء حتى تعرف متى تستخدم هذه الصفة؟ ومتى تطيع زوجها وتصبح مثل الخاتم في إصبعه؟ ومتى تتمنع حتى يكاد يفقد الأمل في العثور عليها.

- إن المرأة حين تكون صعبة المنال تكون مصدر إشعاع أصيل للحب وهدفًا جادًا للرجل..



كوني له الأربع:

اعرفي انه يريد امرأة بأربع شخصيات لكي لا يبتعد عنها:

- الأولى: الأم إنه يحب الأم. الأم في حنانها، في عطائها اللامحدود، عطائها الصامت الذي لا يتبعه منٌّ ولا أذى، يريد أمًّا في سعة صدرها معه، وفي تسامحها وعفوها إن هو أخطأ، وفي قبلتها وتشجيعها إن هو أصاب، في تسليتها له، والأخذ بيديه في الضراء، والفرحة والبهجة في السراء، في سهرها بجواره عند مرضه أو أثناء عمله، وفي بشاشتها وسعادتها عند حضور، وقلقها ولهفتها عند غيابه! إنه يريد أمه التي فقدها بعد زواجه

ويظل يحن إليها كلما أحس بحاجته لها.

- الثانية: الحبيبة العاشقة التي تتفنن في سرقة قلبه وفي إثارة رجولته، يريد امرأة لعوبًا تبهره بقوامها وعطرها كما تبهره بأنوثتها وسحرها، يريد فراشة أنثى تثيره.. وتمتعه بمنظرها.. وعطرها.. ولين جسمها.. وكلماتها.. يريدها أن تذوب بين يديه عشقًا.. وشوقًا.. وهيامًا.

- الثالثة: الصديقة التي يبث إليها همومه ويستشيرها في أموره، يريد صديقة تحفظ سره وتستر عيبه لا زوجة تفشي سره وتفضح عيبه بين جاراتها وصديقاتها وأهلها، يريد عقلك وحكمتك ومشورتك لا لسانك وثرثرتك فيما لا يهمه، يريد أن يتكلم فتحسني الاستماع لا أن تتكلمي فتكثري الشكوى من أعباء المنزل ومشاكل الأولاد فيلجأ إلى الصمت المنزلي أو إلى ترك البيت وقضاء معظم الوقت مع أصدقائه الذين يفهمونه.

- الرابعة: الخادمة، نعم .. الخادمة! يريدك أن تعدي له الطعام بيديك حتى وإن كان لديك خادمة، يريدك أن ترتبي أغراضه بنفسك، يريد أن يرى لمساتك أنت في أركان البيت، يريدك أن تعتني بملابسه ومظهره ومظهرك ومظهر أولاده. لا أقول: إن هذا سهلٌ ولكنه يسير على من يسره الله عليه. استعيني بالله ولا تعجزي، اجلسي بين يديه، اعترفي بتقصيرك في حقه،عاهديه على إصلاح ما فات وعلى أن يرى منك ما يريد، وهكذا إن أردتِ أن تملكيه وحدك فكوني أربع نسوة في جسد واحد تملكي قلبه وعقله وروحه .. إن شاء الله.



كيف تتعاملين مع زوجك إذا كان سريع الانفعال؟

- أولا: لا تستمري في مناقشة الموضوع نفسه عندما تبدأ ظواهر الانفعال لديه.
- ثانيًا:معرفة الوسيلة التي يفضلها في النقاش، ففي الغالب أن سريع الانفعال لا يفضل سياسة الأمر الواقع.
- ثالثًا: انتبهي أن تنفعلي مع انفعاله فهذا يزيد الأمر سوءًا.
- رابعًا: عليك باختيار الوقت المناسب للنقاش، والتي عادة يكون فيها الإنسان مستعدًّا للاستماع للرأي والرأي الآخر.



هدي نبوي:

حتى تحفظي مشاعر الحب بينكما تعاوني مع زوجك على الطاعة، بأن يحض كل واحد منكما الآخر على عمل الخير ويشجعه عليه، يقول ﷺ: (رحم الله رجلا قام من الليل فصلى وأيقظ امرأته فصلت، فإن أبت نضح في وجهها الماء، ورحم الله امرأة قامت من الليل تصلي فأيقظت زوجها فصلى فإن أبى نضحت في وجهه الماء).



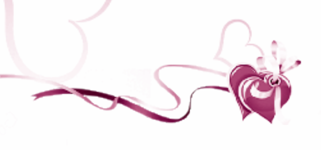
ما لا تفهمه الزوجة!!

- إن الزوج لا يحب المرأة كثيرة الشكوى، والتي حينما تلقاه تلقي إليه بأكوام من المشكلات والهموم،خاصة أنه قد جاء بعد عناء يوم طويل متلمسًا لشيء من الراحة والهدوء، ومن ثم فعليك أن تختاري الوقت المناسب لتطرحي همومك.

- الحياة كلها تضحيات، ولا بأس بالتنازل عن بعض الأمور للحصول على شؤون أكبر وأعظم. ربما تحبين أن تقومي بسفر، ولكن زوجك متعب الآن، لا بأس بالتأجيل.. وسيشكرك زوجك على تضحيتك هذه، وتأكدي أنه هو أيضًا يقدم تضحيات وتنازلات، ولكن قد لا تعلمين بها.

- كوني أكثر احترامًا لأسرة زوجك، وإياك وإبداء الغضب والتحامل عليهم، وخاصة الوالدان حتى وإن أبدى بغضه لأسرتك.. فالإسلام يدعونا إلى حسن الخلق مع الجميع، وتذكري أنك أيضًا ستزوجين ابنك في المستقبل.. فماذا تنتظرين من زوجة ابنك؟

❋ ❋ ❋ ❋



لكي تجعليه متيمًا بك:

- امنحيه مساحة من الحوار، اتركيه يتكلم واستمعي له بانتباه بدون إعطائه نصيحة أو انتقاده. يحتاج الرجل إلى الشعور بالأمان معك، وبأنه قادر على التحدث معك بدون أحكام مسبقة أو نصائح. استمعي له وسانديه بحبك وأخبريه بأنك تحبينه.

- اجعليه يشعر بأنه الوحيد والمميز في حياتك. اسأليه عن الأمور التي يحب القيام بها، والأمور التي يكرهها. كوني المتفائلة والمبتسمة، والمريحة في كل شيء ولا تكوني منتقدة، وحاقدة، ومثيرة للقلق والتوتر.

- لاتثيري غيرته لإبداء الاهتمام بك. لا ننس أن إثارة الغيرة فن تحترفه معظم الزوجات بالفطرة، ولكن لا تثيري غيرته إلى حد الجنون.



إياكِ أن تَمُنِّي عليه:

قد تكون الزوجة عاملة، وتدخل البيت مقدارًا من المال، وربما يصدر منها بقصد أو بغير قصد ما يدل على أنها تمُنُّ عليه بهذا، وهذا فيه من الإساءة للرجل ما فيه، وقد يكون معسرًا لا يكفي وحده حاجاتها، بخاصة إذا كانت ترهق نفسها وبيتها بالكماليات، ومنُّ

المرأة على زوجها بمساعدتها في المنزل يسيء للزوج ويؤذي مشاعره، ويحدث شرخًا في العلاقة الزوجية لا يلتئم، وجرحًا لا يندمل، ولتعلم الزوجة أنها ووقتها كله ملك لزوجها، وله في ذلك المال حق، ولا يجوز أن تمُن عليه بذلك، وقد كانت السيدة خديجة - رضي اللّه عنها - زوج النبي ﷺ كانت تضع مالها كله تحت يده عليه الصلاة والسلام، فكان مما قاله في حقها: (وواستني بمالها إذ حرمني الناس).



الدورة الشهرية:

بعض المتزوجات إذا جاءها الحيض، أعلنت لزوجها عن أسبوع القذارة فلا تتنظف له ولا تتزين عنده، وتظن أن الحيض معناه حرمان الزوج من المباشرة والاستمتاع بسائر الجسد، وسبعة أيام قد تطول إلى أسبوعين،والزوج في عذاب وقلق! أين الكحل في العينين؟ وأين زينة الوجه والشعر والثوب والرائحة؟ بل يجب عليها أن تضاعف الاهتمام لتعويض الزوج حاجته. فإن الرسول ﷺ كان يباشر أهله في الحيض ويقول: (اعملوا كل شيء إلا الجماع).

والإهمال والقذارة من أخلاق اليهود، حيث إن المرأة إذا حاضت فيهم حبسوها في خيمة لا تخرج ولا يدخل عليها أحد حتى يقف نزول الدم. وروى أبو داود عن بعض أزواج النبي ﷺ "أن النبي ﷺ كان إذا أراد من الحائض شيئًا ألقى على فرجها شيئًا".



خاص جدًا:

الرجل إذا دعا زوجته للفراش فامتنعت لعنتها الملائكة حتى تصبح، والسؤال هو: ماذا لو دعت المرأة زوجها للفراش فامتنع؟

الجواب: لا يجوز للرجل أن يهجر امرأته إضرارًا بها إلا إذا ظهر منها النشوز والعصيان، ولكن لا يأثم إذا ترك الاضطجاع معها غير مُضارٍّ بها ؛ لأن الحاجة له وترجع إلى شهوته ولا يملك إثارة الشهوة، فإن هجرها فهو آثم بذلك لأنه لا ضرر ولا ضرار، والله اعلم.



صيام التطوع:

لا تصومي تطوعًا وهو حاضر حتى يأذن لك، فقد قال ﷺ:"لا يحل للمرأة أن تصوم وزوجها شاهد إلا بإذنه ولا تأذن في بيته إلا بإذنه" (متفق عليه). قال النووي: وسبب هذا التحريم أن للزوج حق الاستمتاع بها في كل وقت، وحقه واجب على الفور فلا يفوته بالتطوع، ولا واجب على التراخي.



الزوجة المسيطرة:

هي التي تلغي وجود الزوج فلا تستشيره أو تشركه في أمور الأسرة وتقوده هي بكل شيء، فيشعر أن ذاته قد تلاشت، وهو إما أن ينفصل عن هذه المرأة، وأما أن يبحث عما فقده عند أخرى.



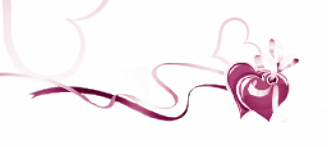
الزوجة الشرسة:

هي التي تسبب الحرج للزوج بسبب هذه الطبيعة العدوانية، وهي التي تعاقب زوجها باستمرار على ما بدر منه، وتسبب لزوجها وأولادها المشاكل بلغتها الحادة ولسانها القاسي وتغرس في النفوس الكره والنفور.



الزوجة النكدية:

هي التي لا تعيش إلا في جو العواصف والزوابع وتختلق أسباب الخلاف، وتحمل التصرفات والأقوال أكثر مما تحتمل، وتثير الخلافات التي تساعد على هروب الزوج.



الزوجة الانعزالية:

التي لا تهتم إلا بشؤونها وهواياتها وتبتعد عن كل الأمور الخاصة بزوجها، وتتلذذ بالإختلاء بنفسها.



الزوجة العنيدة:

هي التي تعاند في كل شي لا لشيء إلا لمجرد العناد، وتجد متعتها في الإصرار على رأيها مهما كان خاطئًا من باب "خالف تعرف"، وهذا النوع يكرهه الرجال.



الزوجة الروتينية:

هي التي تعتبر الزواج نهاية المطاف وعلى ذلك كل شيء في حياتها يتم بطريقة روتينية وليس لديها طموح أو آمال أخرى. فعلى كل زوجة أن تراجع أسلوب حياتها لتبتعد عن هذه الصفات، وتحقق الهدف الأسمى من الزواج من سعادة وهدوء.

❊ ❊ ❊ ❊





مشاعر يجب كتمانها:

هناك مشاعر يجب على الزوجة عدم البوح بها داخل غرفة النوم مهما كانت هذه المشاعر وفي الغالب هي مشاعر الغضب القديمة، والمعاتبات، والاتهامات بالتقصير وغيرها من المشاعر السلبية التي ينبغي كتمانها داخل غرفة النوم وعدم البوح بها. فلتحرص الزوجة على إظهار النعومة في كلامها وخطواتها والغنوجة والتمنع، وتأجيل المحاسبات والمعاتبات إلى وقت آخر.



تنبيهات:

- احرصي على التجمل والتعطر؛ لتكوني في عينيه دائمًا جميلة ونظيفة؛ فالرجل يُكوِّن صورة لزوجته وانطباعًا منذ الأيام الأولى، فاحرصي على ذلك أشد الحرص.
- احرصي على عدم إفشاء الأسرار الزوجية مطلقًا، وعدم نقل الأخبار التي يقولها لك عن عمله أو زملائه أو أهله.
- احذري قرينات السوء والمدعيات الصداقة؛ حتى تتجنبي الكثير من المشاكل.
- تجنبي كثرة الحديث عن زوجك وماذا قال لك، وماذا أحضر من هدايا، وأين ذهبتما؛ فإن هذا مما يثير في النفوس الحسد والغيرة ويعرضك للانتقاد.

- احرصي على حسن التعامل مع المحيطين بك من أخوات وإخوان، وعليك بالكلمة الطيبة، لكسب محبتهم؛ فإن النفوس جبلت على حب من أحسن إليها.
- احرصي على قراءة الكتب النافعة للرقي بحياتك الزوجية.



فعاليّة اللمس:

يرى الباحث "نزرس" أنّ اللمس فعّال بشكل كبير، وبخاصّة في توصيل الحالة الوجدانية والمعاني الإحساسية الخاصة والاختلاجات العاطفية.

ويقول الدكتور عماد حمودة: "فإذا رغبنا مثلًا في تسكين وتهدئة روع أحد الناس الذين يعانون من تجربة قاسية لا نكتفي فقط بالنظرة العاطفية والصوت الحنون الدافئ، وإن كانت تمثّل شكلًا من أشكال المساعدة، لكننا نمسك يد الشخص أو نضع يدنا فوق كتفه، لما لهذه الحركات من تأثير كبير على نفسيّته.

إنّ هذه الكلمات والأفكار ما هي إلا محاولة لجمع ما تناثر من الإشارات العاطفية في كتب العلماء والمفكرين؛ فالدراسات والتجارب ما زالت مستمرة في بحثها عن أسرار لغة اللمس، وتعليل ألغازها، وكشف مفرداتها. فهي لغة طبيعيّة تلقائية يستعملها الإنسان فطريًّا دون أن يعيها، ويعود سرّ ذلك إلى الابتعاد عن تعلّمها والاستشفاف عن أحكامها".

* * * *



لماذا لا تكونين صديقة لزوجك؟

لماذا لا تكونين له واحدة من هذه الأنواع من الصداقة؟

- الصديقة المنعشة: التي يأخذ من نشاطها وحماستها ويتعلم منها كل ما هو حديث وجديد.

- الصديقة المماثلة: لها نفس اهتمامات زوجها، قادرة على فهم وجهة نظره وأفكاره عندما يحتاج إلى من يشكو إليه همومه.

الصديقة الحكيمة: التي لديها خبرة في أمور كثيرة، ووجودك في حياته يشعره بالأمان فتمدين له يد العون والمشورة والنصيحة.

- الصديقة المرحة: تنسيه مشاكله وقلقه عندما يتحدث إليك، فتكونين قادرة على تخفيف الحزن عنه وإضحاكه وتوسعة صدره.

- الصديقة الذاكرة: فتذكريه بمواعيده ولقاءاته المهمة والمناسبات العائلية وغير ذلك من يوميات الحياة.

❋ ❋ ❋ ❋



تجربة زوجية:

تتحدث إحدى الزوجات تقول: اعتاد زوجي كلما ذهب مع الشباب في رحلة أن أخبئ له بين ملابسه رسالة حب تعبر عن مشاعري نحوه وقت غيابه وحالي وحال أولاده من دونه، وذات مرة لم أكن راضية عن سفره فلم أكتب له تلك الرسالة، وعندما عاد من السفر فاجأني بقوله: لم أترك شبرًا في الحقيبة إلا وفتشت فيه عن رسالتك التي عودتني عليها، بل إني فتشت الحقيبة ثلاث مرات في كل مرة أقول في نفسي: لعلها وضعتها هنا ولم أرها، لعلي أفتش جيدًا عنها... ندمت كثيرًا على فعلي ذلك وأنا ألمح حنين الشوق في وجهه تعبيرات وجهه، عزمت في نفسي بعدها ألا أقطع عادة حسنة كنت أقوم بها ما استطعت.



كيف تدخلين قلب زوجك؟

- استقبليه بابتسامة وودعيه بابتسامة، واسألي عن حاله وأحواله ولا تتدخلي بأعماله.
- تجاذبي معه أطراف الحديث ولا تذكّريه بالجانب الخبيث.

- أسمعيه كلامًا طيبًا وأظهري له جانبًا لينًا، فإذا أخطأ فلا تلوميه وقولي له كلامًا يرضيه.

- وإذا طلبتِ منه شيئًا فلم يلبِّه فلا تعانديه بالقول الفظيع فينفر منك، ويدب بينكما النزاع والخصام، وقد يدوم ساعات وأيامًا.

- أطيعيه بما يرضي الله وبما يريد، ولا تكوني قاسية كالحديد، عندها سيصُبُّ غضبه بالتهديد والوعيد، فلا ينفع بعدها إصلاح ذات البين في وقت شديد.

وتذكري قول الرسول ﷺ في ذلك حيث قال: "إذا صلت المرأة خمسها، وصامت شهرها، وحفظت فرجها، وأطاعت زوجها، قيل لها: ادخلي الجنة من أي الأبواب شئت".



لمسات بسيطة تقلب الزوج الغاضب إلى زوج عاشق:

- اللمسة الأولى: كوني مثل الزجاجة النقية أمام أشعه الشمس الحارة تنفذ من خلالك ولا تنعكس، لتحرق غيرك بل كالقوارير التي إذا ما أرسلت إليها أشعة الشمس.. ازدادت جمالًا، وسرقت القلب بانحناءاتها وتثنيها، كما علمنا الله سبحانه وتعالى: ﴿وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ﴾ (آل عمران: ١٣٤).

- اللمسة الثانية: مدح الغاضب والثناء عليه، ينهي الغضب تمامًا ويقضي عليه. حاولي أن تفاجئي الزوج عند الغضب بكلمات المدح قبل أن تتفوهي بأي كلمة أخرى

مثل: (إذا نادى عليكِ وهو في قمة الغضب وذلك واضح في نبرات صوته؛ فقولي له: هلا قلبي،هلا عمري هلا حبي..تأمر على شيء! ستقطفين ثمرتها بإذن الله تعالى في نفس اللحظة..وستصبحين من المحسنين عند الله.



الحب لا يحتمل التحدي:

عدم إحراج الزوج لحظة غضبه هي وحدها مكسب كبير. كم يشعر أن قلبك كبير وأن العلاقة ليست تحديًّا إنما مودة خاصة!! إذا وجدت له مخرجًا من الحرج الذي وقع فيه لحظة غضبه، فقلبه سيرتاح إليك ويعمل على أن يقدِّم الكثير لك، ولكن بدون أن يشعرك أنه يشكر إنقاذك له حفاظًا على عزة نفسه.



زوج يعشق زوجته بجنون، والسر..!

نحن نؤمن أن التوفيق بيد الله سبحانه وحده، وأن كل شيء مقدر ومكتوب، ولكن هناك أسباب يجب الأخذ بها مع التوكل على الله.

اختلف الكثيرون حول الوسائل المؤدية للسعادة الزوجية بداية بجمال المرأة واهتمامها بنفسها ومظهرها، ووصولًا إلى الذكاء والتعليم.

ما سبق قد يكون له تأثير لكنه ليس السبب الأساسي في السعادة الزوجية، وهنا أذكر

لكم قصة عجوز حكيمة يحبها زوجها حتى إنه كان يحلو له أن ينشد لها أبيات الحب والغرام، وكلما تقدما في السن ازداد حبهما وسعادتهما... وعندما سئلت تلك المرأة عن سر سعادتها الدائمة: هل المهارة في إعداد الطعام؟ أم الجمال؟ أم إنجاب الأولاد؟ أم غير ذلك؟

قالت: الحصول على السعادة الزوجية بيد المرأة. فالمرأة تستطيع أن تجعل من بيتها جنة وارفة الظلال، أو جهنم مستعرة النيران! لا تقولي: المال فكثير من النساء الغنيات تعيسات، وهرب منهن أزواجهن.

ولا الأولاد، فهناك من النساء من أنجبن عشرة صبيان زوجها يهينها ولا يحبها أو يطلقها...

والكثير منهن ماهرات في الطبخ، فالواحدة منهن تطبخ طوال النهار ومع ذلك تشكو سوء معاملة زوجها وقلة احترامه لها.

إذًا ما هو السر؟ ماذا كنت تعملين عند حدوث المشاكل مع زوجك؟

قالت: عندما يغضب ويثور زوجي وقد كان عصبيًّا كنت ألجأ إلى الصمت المطبق بكل احترام، إياك والصمت المصاحب لنظرة سخرية ولو بالعين ؛ لأن الرجل ذكي ويفهمها.

- لم لا تخرجين من الغرفة؟

- قالت: إياك، قد يظن أنك تهربين منه ولا تريدين سماعه،عليك بالصمت وموافقته على ما يقول حتى يهدأ ثم بعد ذلك. أقول له: هل انتهيت ثم أخرج لأنه سيتعب.

- ماذا تفعلين هل تلجئين إلى أسلوب المقاطعة فلا تكلمينه لمدة أيام أو أسبوع؟

- قالت: لا. إياك وتلك العادة السيئة فهي سلاح ذو حدين، عندما تقاطعين زوجك أسبوعًا قد يكون ذلك صعبًا عليه في البداية، ويحاول أن يكلمك ولكن مع الأيام سوف يتعود على ذلك، وإن قاطعته أسبوعًا قاطعك أسبوعين.عليك أن تعوديه على أنك الهواء الذي يستنشقه، والماء الذي يشربه ولا يستغني عنه. كوني كالهواء الرقيق وإياك والريح الشديد!

إذًا ماذا تفعلين بعد ذلك؟

- بعد ساعتين أو أكثر أضع له كوبًا من العصير أو فنجانًا من القهوة وأقول له: تفضل اشرب، لأنه فعلًا محتاج إليه وأكلمه بشكل عادي، فيصر على سؤالي هل أنت غاضبة؟ فأقول لا! فيبدأ بالاعتذار عن كلامه القاسي ويسمعني الكلام الجميل.

وهل تصدقين اعتذاره وكلامه الجميل؟

طبعًا لأني أثق بنفسي ولست غبية. هل تريدين مني تصديق كلامه وهو غاضب وتكذيبه وهو هادئ؟ إن الإسلام لا يقر طلاق الغاضب وهو طلاق! فكيف ما حصل معي أنا؟

- فقيل لها: وكرامتك؟

- قالت: أي كرامة؟ كرامتك ألا تصدقي أي كلمة جارحة من إنسان غاضب، وأن تصدقي كلامه عندما يكون هادئًا، أسامحه فورًا لأني قد نسيت كل الشتائم وأدركت

أهمية سماع الكلام المفيد. وباختصار ومما سبق يمكن أن أقول: سر السعادة الزوجية عقل المرأة ومربط تلك السعادة لسانها.



تجربة زوجية:

تقوم إحدى الزوجات في تجربة لها: علقي على باب الغرفة بالليل وهو نائم.. (اللّه لا يحرمني منك) وحين يريد زوجك أن يذهب للعمل.. ألصقي ورقة على المرآة واكتبي فيها: (سبحان اللّه! أول مرة أشوف قمر يطالع نفسه بالمرآة.. صباح الخير يا قمر).



مضاد حيوي للمشكلات:

تطبَّعي بطبع زوجك وأطيعيه في كل شيء ولا تخالفيه إلا في معصية اللّه ورسوله، وافعلي ما يريد ولو كان مالا تحبين، قال رسول اللّه صلى اللّه عليه واله وسلم: "لو كنت آمرًا أحدًا أن يسجد لغير اللّه لأمرت المرأة أن تسجد لزوجها" ابن حبان وابن ماجه وغيرهم.

وتذكري قول الحكيمة التي تنصح ابنتها العروس قائلها: "يا بنية! إنك خرجت من العش الذي فيه درجت، فصرت إلى فراش لا تعرفينه، وقرين لا تألفينه، فكوني له أرضًا يكن لك سماء، وكوني له مهادًا يكن لك عمادًا، وكوني له أمة يكن لك عبدًا، لا تلحفي به فيقلاك (يبغضك)، ولا تباعدي عنه فينساك، إن دنا منك فاقربي منه، وإن نأى (ابتعد)

فابعدي عنه، واحفظي أنفه وسمعه وعينه، فلا يشمن منك إلا ريحًا طيبًا، ولا يسمع إلا حسنًا، ولا ينظر إلا جميلا".



ابحثي عن نقاط الانسجام:

يفترض بالزوجة الذكية أن تبحث دائمًا عن نقاط الانسجام بينها وبين زوجها، وهذه النقاط من الطبيعي أن يتغير بعضها بين الخطوبة والزواج، وبين الزواج والإنجاب، خاصة إذا ما كان هذا الزواج تم بطريقة تقليدية وليس عن علاقة عاطفية، ففي البداية، تركِّز مثلا على التقرب من الزوج، ثم تحول هذا التقرب إلى ود وعاطفة قوية، ومع الأيام لا بد للعاطفة فتجنح الزوجة لأن تكون الرفيقة والصديقة وهكذا.. أي أنها تدفع بعربة زواجها بحسب ما تمليه عليها راحة بالها وبال أسرتها.



زوجك كثير الخروج:

جددي في طريقة تنظيم البيت..وخصصي في كل يوم وقتًا له وليكن بعد صلاة العصر مباشرة تضعين له فيها مشروبه المفضل وجريدته المفضلة، وتتبادلين معه الحديث الهادئ وليكن لدقائق معدودة..ولا تستعجلي..وستجدينها بعد فترة ستمتد إلى ساعات، وأهم شيء أن لا تتخللها الشكاوى والهموم، فقط اجعليها أحاديث صداقة ومحبة ومودة.



لا للنقاش العقيم:

لا بد من مناقشة مسببات الخلاف، حتى يمكن تلافيها مستقبلًا، لكنْ هناك نقاش إيجابي، ونقاش عقيم توجه فيه الاتهامات أكثر من الحلول. لا تحاولي أن تلوميه على غضبه أو جرحه لك أو إساءته، أو تعلميه كيف يختار كلماته عند الغضب باستعمال كلمات نابية أو قاسية معه.

في المقابل ناقشيه في الأسباب، وحاولي ألا تطيلي النقاش بالتوصل إلى حل سريع. للأسف مهما كان الرجل محاورًا جيدًا خارج بيته، فإنه يرفض لا شعوريًّا أن يتحاور مع زوجته في وقت الخلاف والغضب. عند محاسبته استعملي الهدوء وتجنبي أي حساسية أو محاولة إيذائه بالكلام مثلما فعل تجاهك. فما تفوه به في لحظة غضب، كان في لحظة غضب انتهت.



المكاشفة:

يجب أن تكون المكاشفة متبادلة بين الطرفين، لذلك لا تترددي في الحديث عن مشاكلك الخاصة أمامه؛ لأن ذلك يشعره بالطمأنينة ويدفعه للانفتاح أكثر أمامك ومصارحتك بمشاكله.. فبمجرد كشفك لبعض أسرارك أمامه فإن ذلك يعطيه الشعور بأنك تثقين به مما يدفعه إلى الثقة بك أكثر.

دعيه يشعر أنك تقفين إلى جانبه، وأنك لا تريدين منه الحديث إلا لتقومي بتصيد أخطائه، انسي الماضي. عندما يشعر الرجل أنك سوف تستخدمين كلامه ضده أو سوف تسيئين تفسير كلماته فإنه لن يقوم بالكلام. والطريقة الوحيدة لتخطي هذه الأخطاء السابقة هو أن تتذكري أنك كنت طرفًا في هذه النزاعات السابقة. كذلك يجب أن تدركي أنه ليس هناك شخص مخطئ دائمًا كما أن العكس صحيح. حاولي أن تكوني مستمعة جيدة.



نقطة ضعف:

إذا كنت من المسرفات في التعامل مع المال، فاطلبي من زوجك أن يهتم بمصاريف المنزل والتسوق، وخذي منه فقط حاجتك اليومية من المصروف، وركزي على احتياجات المنزل إن كان لا بد لك أن تهتمي بذلك.



سيطرة المرأة:

إذا كنت امرأة تحب السيطرة فاعلمي أن الزوج أكثر إنسان يكره سيطرة المرأة، لأن ذلك يشعره بعدم أنوثتها، لذا أشعري زوجك أنه صاحب الأمر والنهي وهو المسيطر الوحيد في البيت، وأنك امرأة مسالمة تأخذ بآراء الآخرين ولا تتمسك فقط برأيها.



مهملة:

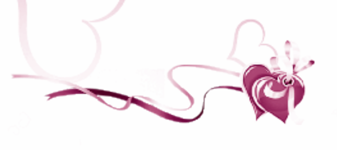
تجنبي أن تكوني زوجة مهملة بنفسها، خصوصًا أمام زوجك حتى لو كنت من النساء اللواتي لا يعتبرن أن هناك أي ضرورة للاهتمام بهذا الأمر بعد الزواج، بل على العكس، عليك أن تهتمي بنظافتك وأناقتك، وإياك أن تستقبلي زوجك بعد عودته من العمل بثياب المطبخ.



ارتباك:

إن كنت ممن يرتبكن في توضيب المنزل أو إعداد الطعام وترتيب السفرة قبل وصول زوجك، فلا تشعريه بذلك أبدًا، بل اجعلي حجتك أنك كنت منهمكة طوال النهار في أمور أخرى، وحاولي جهدك أن تقسمي وقتك، كأن تخصصي صباحك للطهي أولا ثم ترتيب المنزل، ويمكنك الاستفادة من خبرة والدتك أو إحدى صديقاتك، ولا بأس أن تطلبي من إحداهن المساعدة قليلا لكي تعتادي على القيام بكل هذه الأعمال بمفردك لاحقًا.

* * * *



انتبهي وتجملي:

لا تكوني ولَّاجة خراجة، وليكن خروجك من المنزل معتدلًا، وإن خرجت فاستأذني زوجك فإن كثرة خروج المرأة من منزلها يؤدي إلى ضعف العلاقة بين الزوجين، وهو دليل على هروب المرأة من التكاليف وعدم استقرارها العاطفي.

ومكث المرأة في بيتها أكبر وقت يهيئ الأمان لها ويمنحها الاستقرار.

تجملي بالحياء في تعاملك بزوجك، وارتقي بأخلاقك، واجتنبي السباب والشتائم، واجعلي زوجك يخجل من حشمتك له.



لك:

دائمًا اغتسلي وتزيني قبل حضوره، وكذلك قومي بتنظيف أطفالك وألبسيهم ملابس نظيفة في استقباله. وساعديه في خلع ملابسه وأنت تسألينه كيف كان يومه؟ وتخبرينه كم اشتقت له! ومن آن لآخر أعدي صنفًا يحبه على المائدة واجعليها مفاجأة. ولا تنامي أبدًا قبل نومه هو، ومن وقت لآخر اسأليه إن كان يحتاج شيئًا ولكن بصورة ليس مبالغًا فيها.



وصايا مهمة لكل زوجة:

وصايا مهمة لكل زوجة لتبث السعادة في حياة زوجها ورفيق دربها، ومن ثم ينعكس ذلك على نفسها وأسرتها، وأهم ما في الأمر احتساب الأجر عند الله.

- أظهري له حبك وأكديه.. مثال ذلك: الاتصال به إذا تأخر عن العودة إلى المنزل حتى لو كنتِ غضبانة عليه..
- تجهيز الطعام الذي يحبه في وقته دون أن يطلبه منك..
- ضمه وتقبيله عند دخوله وخروجه من المنزل..
- استقبليه وأنتِ بكامل زينتك ومتعطرة ومبتسمة..
- أحسني الظن به دائمًا، وثقي به..
- لا تذكري أهله إلا بخير، ولا تنسي أن تهدي لأمه بين فترة وأخرى..
- اجعلي بيتك جنة يسعد في الجلوس به من حيث الترتيب وحسن التنظيم والتجديد والتغيير غير المتكلف به، وأثيري الروائح العطرية المحببة إليه في المنزل.
- شغلي مكيف غرفة النوم على البارد في فصل الصيف خاصة عند عودته من عمله ظهرًا، أو دافئًا في فصل الشتاء.
- اهتمي بضيوفه وبالغي في ذلك.
- ابتسمي في وجهه كلما التقت أعينكما.

- أسمعيه عباراتك الحلوة ودعواتك.
- اهتمي بنظافة أبنائه واجعليهم كالوردة الفواح عطرها.
- قومي على رعايته واهتمي به أكثر عند مرضه.
- احذري أن يرتفع صوتك على صوته حتى لو كنت مازحة.
- لا تنشغلي عنه أثناء وجوده بالمكالمة والقراءة وتنظيف المنزل.
- إذا اصطحبك إلى السوق خذي رأيه في مشترياتك وأثني على ذوقه.
- إذا كنت في منزل أهله أو أهلك ناديه يا أبا فلان؛ تقديرًا له واحترامًا.



الأشياء البسيطة تُحدث فرقًا:

إن اللفتات البسيطة وكلمات الاهتمام لها تأثير كبير. تبادل القبلات والأحضان عند مغادرة المنزل كل صباح تحدث فرقًا كبيرًا. كلمة أنا أحبك لها نفس التأثير. يمكن ترك رسالة بجانب الفراش أو إرسال رسالة ظريفة من الهاتف المحمول أثناء اليوم.

إذا كان زوجك عائدًا من السفر، يمكنك تعليق لافتة على باب البيت مكتوب عليها: مرحبًا بك في بيتك!

عندما يبدأ كل منكما في التفكير، سيجد الكثير من الطرق البسيطة لإظهار اهتمامه بالآخر.



تعدد الزوجات:

لا تتكلمي ولا تتناقشي أبدًا معه في موضوع تعدد الزوجات، ولا تشعريه أنك تخافين من هذا إن كنت كذلك. ولا تشعريه بأنه محور حياتك الوحيد، ولا تشعريه أنك تهملين أطفالك من أجله ولا تفعلي ذلك بالفعل. اتقي الله في معاملته ومعاملتهم.



الشكوى المستمرة:

إذا استشعر الزوج أن زوجته دائمة الشكوى وتكثر الحديث عن المشكلات التي لا تجد لها حلًا فقد يمل من التحدث معها وربما يلجأ إلى "الصمت الزوجي" طلبًا للسلامة وراحة البال، فالزوج يشعر بالرضا عن اختياره لزوجته حينما يلمس فيها التعقل والذكاء والقدرة على اتخاذ قرارات حكيمة في مواجهة المشاكل المنزلية البسيطة، ويثق في أن لديه من يعاونه ويؤازره في الحياة، لا من يضيف إلى أعبائه حملًا جديدًا بالزواج.

❋ ❋ ❋ ❋



عبقرية امرأة:

قيل لعائشة رضي اللّه عنها أي النساء أفضل؟ فقالت: "... التي لا تعرف عيب المقال، ولا تهتدي لمكر الرجال، فارغة القلب إلا من الزينة لبعلها، ولإبقاء الصيانة على أهلها".



لا تلحي عليه في السؤال:

عند خروجه، ولا تطلبي منه عدم الخروج ؛ فهو يرغب أن يكون كالطائر الحر، وأصدقاؤه كثر، فالذين سيذهب معهم اليوم لم يذهب معهم بالأمس، وبدلًا من ذلك أرشديه بأسلوب غير مباشر أن يجاهد نفسه بالتقليل من الخروج، وأن يرتب وقته، وأن يرتبط معك وأولادك أكثر.



عيوبك:

حديث المرأة لزوجها عن عيوبها التي في جسمها من أكبر الأشياء المدمرة جنسيًّا، وهذا أكبر خطأ ترتكبه المرأة، فالكثير من النساء عندما يكون لديهن عيوب بأجسامهن كالسمنة وترهل البطن يتحدثن أمام أزواجهن عن هذه العيوب الموجودة في أجسامهن...

إن حديث المرأة لزوجها عن العيوب التي في جسمها وتوضيح هذه العيوب هو أهم الأسباب التي تجعل الرجل يكره ممارسة العلاقة الحميمية مع زوجته.



كوني له وردة:

الرجل لا يعرف كيف يلبس في الغالب، ولا كيف يقول حلو الكلام، فغردي في حياته يبحَثْ عنك، واهتمي بمظهره وذكريه بأوقات راحته، وكوني له كالزهر والورود، وعلِّميه أن في الدنيا ما هو أهم من الأعمال وأحلى من الأموال..لا تخلعي برقع الحياء من زوجك لأن زواجك قد طال به، ولا تترجلي، وكوني أنثى من الرأس حتى القدم، واجعلي الحياء يصبغ خديك بالحمرة، وانظري إلى زوجك كغريب أحيانًا.



إذا ظُلِمْتِ من زوجك..!

تذكري قول الرسول ﷺ : "ألا أخبركم بنسائكم من أهل الجنة: الودود الولود، التي إذا ظلمت قالت: هذه يدي في يدك، لا أذوق غمضًا حتى ترضى".

* * * *



زوجة دبلوماسية:

اطهي له أشهى الطعام، وجهزي له السرير بعدها لينام، كوني له الطاهية، ولا تجعلي الخادمة هي الآمرة الناهية، اسأليه ماذا يحب من أصناف الطعام، وأظهري له الود والاحترام، فإذا لم يعجبه ذلك اليوم طبخ الطعام، فلا تتركيه غضبان لينام، وهنا قد يتلفظ بالشتائم ويكون يومك هو اليوم الغائم، فاصبري على ذلك لتنالي الأجر الدائم.

وتذكري الزوجة المتسلطة! احذري من التمسك بآرائك واقتراحاتك واعتبارها هي الأفكار الصحيحة والآراء السديدة التي يجب الأخذ بها دون إعارة الاهتمام لرأي الزوج أو اقتراحاته ومحاولة التقليل من شأنها، واجعلي التفاهم المتبادل والنقاش الودي هو سيد الموقف، لتخرجا بالرأي السديد المناسب بما يحقق الخير لكما في حياتكما المشتركة.



اللاءات العشر:

- لا تقارني نفسك بزوجك.
- لا تتوقعي منه أن يفكر مثلك.
- لا تفرضي آراءك عليه.

- لا تقتحمي عزلته.
- لا تحمليه مسؤولية أي خطأ.
- لا تكرري الوقوع في الخطأ.
- لا تظني ظن السوء في زوجك.
- لا تنشري أسراركما حلوها ومرها.
- لا تهتمي بأولادك ونفسك دونه.
- لا يكرهك أثناء المعاشرة.
- لا تكثري عليه طلباتك.



زوج للبيع:

أراد رجل أن يبيع بيته لينتقل إلى بيت أفضل..فذهب إلى أحد أصدقائه وهو رجل أعمال وخبير في أعمال التسويق...وطلب منه أن يساعده في كتابة إعلان لبيع البيت. وكان الخبير يعرف البيت جيدًا، فكتب وصفًا مفصلًا له أشاد فيه بالموقع الجميل، والمساحة الكبيرة، ووصف التصميم الهندسي الرائع، ثم تحدث عن الحديقة وحمام السباحة.. إلخ.. وقرأ كلمات الإعلان على صاحب المنزل الذي أصغى إليه في اهتمام شديد وقال...: أرجوك أعد قراءة الإعلان. وحينما أعاد الكاتب القراءة صاح الرجل: يا له من بيت رائع!

لقد ظللت طول عمري أحلم باقتناء مثل هذا البيت ولم أكن أعلم أنني أعيش فيه إلى أن سمعتك تصفه، ثم ابتسم قائلًا: من فضلك لا تنشر الإعلان فبيتي غير معروض للبيع.

المهم أخواتي! من هذا اعلمي أيتها الزوجة أن عندك زوجًا فحاولي أن تمتلكيه وتعددي محاسنه أم ننتظر حتى يأتي الآخرون ليعددوا محاسن شركائنا؟؟

تألمت كثيرًا عندما وجدت نفسي حافي القدمين... ولكني شكرت الله أكثر حينما رأيت آخر بغير قدمين.



معالي الوزيرة:

الحياة الزوجية كأي دولة فيها وزارتان: الداخلية بخططها الأمنية وتمثلها الزوجة، والخارجية بدبلوماسيتها ويمثلها الزوج، وعمل كلٍ منهما مكمل للآخر، وبينهما تنسيق تام وعاجل وطارئ، فكم من اضطراب داخلي سببه تخبط خارجي! فكم من ضروري غير طارئ! وكم طارئ غير ضروري! والكثير من الاضطرابات غير ضرورية وغير طارئة.



احتفظي بخصوصياتك:

لكي تظلي في عينيه تلك المرأة الجميلة الجذابة التي أحبها وأحس أنه يستطيع أن يمضي حياته معها، لا تكشفي أمامه خصوصياتك، واحترمي خصوصياته أيضًا. أي:

لا تتجولي في البيت طوال النهار بملابس النوم وشعرك الملفوف.. استعدادًا للخروج في المساء، أو الذهاب للعمل في الصباح، بل اجعلي من مكان تغيير ملابسك وتجميلك مكانًا خاصًا جدًّا بعيدًا عنه. أما هو فلا يرى غير صورتك الجميلة، والمسألة مسألة تعود، ومعرفة أن الحياة الزوجية هي حياة لشخصين بينهما مساحات مشتركة.



جاذبية المرأة:

إن الجمال الخارجي للمرأة ليس مهمًّا بقدر جمالها الداخلي، فجمال المنظر لا يعدو أساسًا لجعل الحياة الزوجية مشرقة، لأن الجمال يزول مع الأيام والذي يبقى هو حسن التعامل. ولا بد أن تكون المرأة مخلصة تشارك زوجها حياته حلوها ومرها برضى وقناعة، وتقاسمه همومه دون تذمر أو اعتراض، وبذلك يتحقق الانسجام بين الطرفين، فالمرأة من خلال صفاتها الحميدة تحافظ على بيتها عامرًا، وتنشئ أطفالها في ظروف نفسية جيدة وبذلك تكون أكثر جاذبية في عيون زوجها والمحيطين بها.



زوجة لا تسكت:

لا تثقلي عليه بالحديث، ولاسيما في قيل وقال، وكثرة السؤال، ودوام التشكي من القريب والبعيد! فالإنسان لا يحب الثرثار لا مجالسة ولا محادثة، فكيف يكون الحال مع

رفيق الحياة كالزوجة، ولهذا نجد الاتفاق على أن من الصفات الجميلة في الزوجة قلة الحديث، ويقابل ذلك الزوجة الثرثارة. ومن ذلك إسماعه كلامًا لا يرضيه، سواء كان في نفسه، أو أهله؛ فإن هذا يؤذيه كثيرًا، ويعكر صفو مزاجه.



كوني أذكى من زوجك:

المرأة الذكية في عين زوجها هي التي تتمتع باللباقة وسرعة البديهية وحسن التصرف، وخاصة عندما تعترضها مشكلة ما فتحولها إلى صالحها. وإضافة للذكاء واللباقة أن تكون جميلة الشكل الخارجي، صحيح أن المضمون هو الأساس، ولكن الشكل الخارجي له تأثير كبير على الحياة الزوجية، فالمرأة الجميلة قادرة على النفوذ إلى أعماق الرجل وتغيير الكثير من طباعه، ولتحقيق ذلك لا بد أن تكون ودودة في محادثته، مجددة في موضوعاتها، فإن ذلك يشد انتباه الرجل، ويجعله يعيش بتجدد مستمر يولد البهجة والسعادة.



لا تكوني حمقاء!

الغيرة في الحياة الزوجية أمر مطلوب من كلا الطرفين فهي دليل على الحب، وهي تشعر الطرف الآخر بمكانته ويثري العلاقة الزوجية وينميها، هذا إذا كانت الغيرة تسير

ﻓﻲ مسارها الطبيعي. أما إذا تعدته إلى تكبيل الطرف الآخر بالقيود، والحد من التصرفات الشخصية، والسؤال عن كل كبيرة وصغيرة، وأخيرًا الوصول إلى مرحلة الشك التي تدفع صاحبها إلى تتبع العورات؛ فيتحرك الخيال المريض، ويمد صاحبه بصورة وهمية ليس لها أساس ﻓﻲ الواقع، فهي غيرة حمقاء ومذمومة.

وكثيرًا ما تقع الزوجة؛ نتيجة عاطفتها الفياضة ﻓﻲ شباك مرض الغيرة، فما أن تنبس شفاه زوجها باسم امرأة ﻓﻲ موضوع عارض إلا ويصور لها خيالها أن بين صاحبة الاسم وزوجها علاقة وتبدأ ﻓﻲ تصيد حركاته وسكناته والاتهامات الصريحة لزوجها وعفته وأمام هذه الغيرة يشعر الزوج أنه سجين محاصر، فيحاول الهروب من هذا الجحيم.

وبهذا تكون الزوجة قد هدمت بيتها، وحرمت نفسها السعادة التي تصبو إليها. وتعتقد المرأة التي تتصيد خطوات زوجها أن الفضل ﻓﻲ ذلك يعود إلى ذكائها وهي لا تدري بأن ذكاءها هو أول ما يذهب عنها إذا اشتدت غيرتها!.



عندما يحبك زوجك:

اجعلي زوجك يحبك فإن أحبك زوجك كنت له ملكة جمال العالم ولو كنت ﻓﻲ العين عادية وذلك بأن تغيري دائمًا من مظهرك، فالأناقة المتجددة للزوجة تبهر الزوج وتبدو له امرأته وكأنها مئة امرأة.

أنصتي إلى زوجك بمحبة وإعجاب حتى لو تفاخر بنفسه كطفل صغير، وفري الراحة لزوجك في بيته وكوني أنيسة وحدته وأنسية متاعبه وهمومه.

هناك كلمة مهمة وسهلة ورائعة هي كلمة الشكر، فهي تملك قلب الزوج.



هو الحبيب وأنت المحبة:

إن وجدت ما تحبين في زوجك فلن تحتاجي إلى تغييره والتأثير عليه فهو الحبيب وأنت المحبة ولا غبار يلوث حياتكما... لكن إن وجدت في زوجك ما لا تحبينه، فبالحب ستغرسين كل ما تحبين فيه وبكل قوة ستؤثرين عليه.



مدح الزوج:

يمكن للزوجة التي ترتاد ساحات الحوار أن تمدح زوجها وتذكر محاسنه وعندما يقرأ كلامها سيكون في قمة السعادة. أرسلي له بعض المواقع التي تهمه فإذا كان يهتم بالمواقع الطبية وعثرت على موقع طبي فأرسليه على بريده فهذا يسعده ويشعره بقرب المسافة بينكما. ممكن أن ترسلي له مواقع تحتوي على أناشيد. إذا كانت الزوجة لديها القدرة على عمل موقع وتهديه لزوجها فهذا سوف يسعده.



رسائل الحب والغرام:

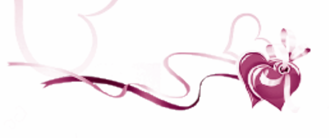
لا تهملي أنت وزوجك رسائل الحب والغرام فالحب حساس.. وقابل للتمزق.. فما المانع أن يكتب كل منكما رسالة حب وغرام للطرف الآخر؟!



التزين للرجل:

يجب على المرأة أن تتزين لزوجها، وأن تبدو له كل يوم كأنها عروس في ليلة زفافها، وقد عرفت أنواع من الزينة على عهد النبي ﷺ؛ كالكحل، والحناء، والعطر. قال ﷺ: (عليكم بالإثمد، فإنه يجلو البصر، وينبت الشعر). وكانت النساء يتزينَّ بالحلي، ويرتدين الثياب المصبوغة بالعُصْفُر (وهو لون أحمر)، وقد أمر النبي ﷺ صحابته ألا يدخل أحدهم على زوجته فجأة عند عودته من السفر؛ حتى تتهيأ وتتزين له، فعن جابر- رضي الله عنه -أن النبي ﷺ "نهى أن يَطْرُقَ الرجل أهله ليلا".

* * * *



أحبك زوجي:

تحتاج الحياة الزوجية لكي تسير في طريق آمن وتصل إلى درجة الاستقرار والسعادة إلى لغة خاصة مليئة بمفردات الحب والألفة والتناغم والاحترام المتبادل. وعبارات الحب تكون أكثر فعالية من غيرها من الكلام، ويختلف التعبير عن المشاعر بكلمات الحب صريحة أو مداراة بغيرها من الأفعال حسب اختلاف طبيعة الأزواج، إلا أن الكلمات الصريحة تظل أقوى أثرًا، وهي تزيل كل الرواسب السالبة التي تأتي بفعل الظروف الضاغطة وتقضي على خاصية استعداد أيٍّ من الزوجين لإثارة المشاكل والتوترات. ولبعض الكلمات الأخرى سحر خاص يضيف إلى معاملة الزوجين إلفًا، مثل ذكر الصفات الحسنة عند كليهما خَلقية كانت أم خُلقية. وهناك أيضًا مخاطبة الزوجين أحدهما الآخر بما يحبان من ألقاب أو ترقيق أو تدليل لأسمائهما؛ وذلك تأسيًا بالرسول ﷺ في مناداته لأم المؤمنين عائشة رضي الله عنها.

❋ ❋ ❋ ❋



الابتسامة الحلوة:

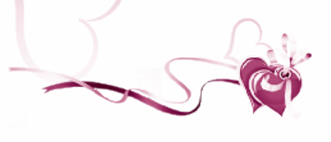
دعي الابتسامة الحلوة ترقد على شفتيك، حينما تستقبلين زوجك في البيت واستقبليه بحنين وعطف، وحيّيه باحترام وإكرام، وكلميه بحب وحنان، لتنفضي من روحه غبار الإرهاق والإعياء.



تعجبني:

تعجبني تلك الزوجة التي تعلم أن الشرع لا يلزمها بحق واجب تجاه أهل زوجها. ومع ذلك تعاملهم معاملة حسنة وطيبة؛ فهي تعاملهم كذلك وعيناها هناك حيث لا عين رأت ولا أذن سمعت ولا خطر على قلب بشر، إنها تبتغي بذلك وجه الله والدار الآخرة كما تطمع في رضا زوجها الذي عد الشرع حقه مقدَّمًا على حق والديها. فبنهجها هذا السبيل رقت وارتقت، وأراحت وارتاحت، وسعدت وأسعدت حتى ارتمت بين أحضان السعادة فتلقفتها دون انفكاك.

❋ ❋ ❋ ❋



العفو شيمة الكرام:

لا تخبئي لزوجك الانتقام، عندما يفاجئك بشتم، أو يذهلك بصفعة، فإن العفو شيمة الكرام، وبدل ذلك اشحنيه بدفء الحب، فسرعان ما يعثر على خطئه، ويعضُّ على أنامله تحسرًا، وخجلًا، وإذا لم تستطيعي ذلك، فتمسكي بالصمت، ولا تصبي الزيت على النار!



كيف تكسبين زوجك؟

كوني صريحة وواضحة في جميع شؤونك مع زوجك وأبلغيه عن كل أمر يجد في حياتك، ولا تقدمي على أمر في حياتك حتى تخبريه، فإن حصلت لكِ مشكلة فأبلغيه من أول الأمر ولا تمهلي فيتفاقم الأمر مما يؤدي إلى سوء ظن الزوج بك ويلومك على ذلك. تفهمي نفسية زوجك وطبيعته من حدة أو عصبية أو حساسية وغيرها فتجنبي الأمور والأحوال التي تخالف طبيعته أو تؤدي إلى انفعاله وغضبه.

❋ ❋ ❋ ❋



تقصير الزوج:

إن قصر معك زوجك في حقوقك أو بدت لكِ حاجة فقدمي بين يدي طلبك عبارات فيها ثناء وذكر لأخلاقه الجميلة، ثم اذكري حاجتك، وإياك وإنكار الجميل وجحود مواقفه الرائعة فإن ذلك من كفران العشير، وهو أعظم ما يفسد الود بين الزوجين.



اختيار الوقت المناسب:

اختيار الوقت المناسب من أهم العوامل التي تؤدي إلى إنهاء الخلافات الزوجية بشكل مناسب، فمثلًا عندما يكون الزوج متعبًا جراء العمل ويعاني من مشكلات في العمل فهنا ليس من المناسب أن تقابله زوجته منذ دخوله البيت قادمًا من العمل بالنقاش حول مشاكلهم الزوجية ؛ لأنه لن يكون على استعداد للتفاهم معها بل يحاول أن ينهي النقاش بأية وسيلة ؛ لأنه يعاني من مشكلات تصحبه منذ خروجه من المؤسسة أو المكتب أو الوزارة قد تهدده بالفشل في العمل وبذلك يفضل هنا أن توفر له الزوجة الجو المناسب حتى يرتاح وينسى مشاكله تلك ليتفرغ لها.

* * * *



كيف أزرع الحب في قلب زوجي الذي لا يحبني؟

من أهم المفاتيح للوصول إلى قلب الزوج أن تعرفي اهتماماته وميوله وتشاركيه إياها، فإذا كان يحب هواية معينة فابحثي عن الكتب والمواقع التي تتحدث عنها، واقرئي فيها لتستطيعي مناقشته فيها، فالتحدث معه في المواضيع التي يحبها ومشاركته اهتماماته وميوله من أهم الأشياء التي تجعل زوجك يميل إليك، وتنمي روابط المحبة بينكما.



صفات يحبها الزوج في زوجته:

- أن تكون صالحة مطيعة لله في السر والعلن.
- أن تكون ذات خلق حسن.
- أن لا تخرج من المنزل متبرجة.
- أن تحث الزوج على بر والديه وصلة أرحامه.
- ألا تخرج من البيت إلا بإذنه.
- أن تحفظه في نفسها وماله عند غيابه.
- أن تسره إذا نظر إليها.



كيف تتعاملين مع مشاكلك الزوجية؟

- اكظمي غيظك وامسكي أعصابك عند تفجيره للمشكلة، ولا تنطقي بكلمة واحدة قد تفجر الوضع أكثر.

- تذكري حسناته وضخميها في عينك، فهذا يخفف كثيرًا من مشاعرك السلبية التي قد تتولد لحظات الخلاف.

- احتسبي الأجر في طاعة زوجك، وتذكري دائمًا أن حسن تبعُّل المرأة لزوجها يعدل الجهاد في سبيل الله..

- احذري قطع قنوات الاتصال بينك وبين زوجك، فلا يعني غضب أحدكما توقف الحديث في غير ذلك الموضوع..

- لا تنامي تلك الليلة إلا وقد أعدت المياه إلى مجاريها، فكلما مضى وقت أكثر على المشكلة من دون حل ازدادت تعقيدًا.

❊ ❊ ❊ ❊



التحلي بابتسامة الترحيب:

الوجه البشوش يزيل كثيرًا من الشعور السلبي الذي يمكن أن يدمر الحياة الزوجية، فبدلًا من أن تحيي شريك حياتك في نهاية يوم مقلق بالشكاوى والاتهامات واللوم، ابتسمي واسترخي لفترة من الوقت واجعلي منزلك ملاذًا هادئًا من المشاكل اليومية، وستجدين الوقت فيما بعد لمناقشة المشاكل المتبادلة.



تحقيق المكاسب:

شجعي زوجك - عزيزتي المرأة - أن يزور أصحابه أو أهله وأقاربه يوم عطلته. أو تستقبليهم في بيتك كل حين، فهذا يبعث في قلب الرجل إحساسًا جميلًا وودًا مأمولًا. واحذري أن ينطق لسانك بكلمات الرفض أو سوء المعاملة أو الإهمال أو عدم التقبل لما يحبه زوجك؛ لأن هذا معول هدم للسعادة الزوجية.

❋ ❋ ❋ ❋



من مفاتيح السعادة:

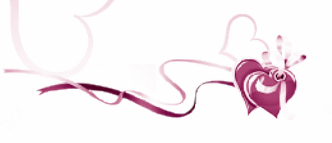
- الاحترام والتوقير المتبادل: شعورًا وأفكارًا ومزاجًا.
- المسارعة للخدمة وتحمل الأعباء، فالتضحية عربون المحبة، وفي الحديث: "وأنا أنفعكم لأهلي".
- المناداة بأحب الأسماء أدب نبوي رفيع أولى بين الزوجين لدوام العشرة وطول الرفقة.



إياكِ وقلة الشكر وكثرة الشكوى:

أضيئي حياتك بشموع القناعة،وإياك وقلة الحمد وكثرة الشكوى،وإذا سئلت عن حال زوجك فلا تبدي الأسى والحسرة قال ﷺ: "لا ينظر الله إلى امرأة لا تشكر لزوجها وهي لا تستغني عنه" (رواه الحاكم ٢/ ١٩٠).

* * * *



سعادتك في ابتسامتك:

إن التجهم الدائم وعبوس الوجه يجلب للإنسان الهموم والغموم والأحزان، وقد يصاب الإنسان نتيجة ذلك بالشيخوخة المبكرة والأمراض الخطيرة. أما البسمة، فإنها تبعث السعادة في النفس، وتزرع الأمل في القلب، وتبعث السعادة في قلوب الآخرين. فأسعدي نفسك- أختاه- بالابتسامة، واشرحي به صدرك وصدور أسرتك وكل من يحيط بك. قال ﷺ: "تبسمك في وجه أخيك صدقة".



حافظي على ماله ولا تنفقي بغير إذنه:

فأنت راعية فيه ومسؤولة عنه، قال ﷺ:(والمرأة راعية في بيت زوجها وهي مسؤولة عن رعيتها)، وقال: "لا تُنْفقُ امْرأة شيْئًا منْ بيْت زوْجها إلا بإذْن زوْجها" قيل: يا رسُول الله ولا الطعامُ؟ قال: " ذاك أفْضلُ أمْوالنا" قال الإمام البغوي: أجمع العلماء على أن المرأة لا يجوز لها أن تخرج شيئًا من بيت زوجها إلا بإذنه، فإن فعلت فهي مأزورة غير مأجورة.





لا تؤذي زوجكِ،

احذري من رفع الصوت وبذاءة اللسان، ففي الحديث قال رسول اللّه ﷺ: "لا تؤذي امرأة زوجها في الدنيا إلا قالت زوجته من الحور العين: لا تؤذيه، قاتلكِ اللّه، فإنما هو عندك دخيل يوشك أن يفارقك إلينا" (رواه أحمد والترمذي).



تقديم الشكر له دائما:

إن من لا يشكر الناس لا يشكر اللّه..فحاولي شكره دائمًا على صنيعه..وما يقدمه اتجاهك.



أغدقي عليه الحب:

أغدقي عليه الحب بجميع أنواعه ولكن بصدق وتعاملي معه كما لو كنتِ أمًّا له وأحيانًا كابنته.

❋ ❋ ❋ ❋



غيري الأدوار:

في بداية الزواج وخاصة في فترة الملكة كان زوجك هو الذي يبادر بالاتصال بك والسؤال عنك والتودد إليك، أي أنه كان يقوم بدور الطالب وأنت المطلوبة، والآن وبعد مدة من زواجكما إذا شعرت بأنك لم تعودي مطلوبة لديه كما كنت فلا ضير أن تغيري الأدوار لتصبحي أنت الطالبة التي تسعى لتتقرب من المطلوب.



عامليه على هذا الأساس:

اعلمي أن زوجك في حقيقته طفل كبير أقل كلمة حلوة تسعده ؛ فعامليه على هذا الأساس بأن تختاري له اسما مثل: حبيبي .. روحي! وأن تمدحيه وتشكريه، وتبيني له حسناته ومواقفه الرجولية، وأنك سعيدة بأن اللّٰه جعله زوجًا لكِ، وأن تهيئي له الجو العاطفي والرومانسي.

ولا تحاولي صده إذا ما طلبك، ووفري له كل ما يحتاج، وعليك وقت خروجه وتعطيره وتبخيره، لقول عائشة رضي اللّٰه عنها: "كنت أطيب رسول اللّٰه ﷺ لإهلاله بأطيب ما أجد" (البخاري ومسلم).

وبيني لزوجك أنك تشتاقين له في خلال اللحظات التي يغيب فيها عن البيت لينجذب لكِ وتقوى علاقتكما.



صفات لا تنبغي في الزوجة:

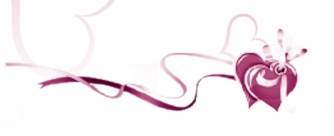
- أن تكون لحوحة في مطالبها المادية.
- أن تطالب بما يزيد عن حاجتها تقليدًا لغيرها.
- أن تكون عنيدة؛ تعمل بنقيض قصد زوجها.
- أن تكون سليطة اللسان معه أو مع أقاربه.
- أن تكون نقالة للحديث أو الزيادة فيه بما يهتك أسرار البيت.



لماذا يخون الرجل زوجته؟

يرى باحثو العلوم الإنسانية أن تزايد الضغوط النفسية، وضعف الانسجام بين الزوجين في الأفكار والمشاعر، وفتور العلاقة الزوجية سببٌ للخيانة من الرجل. ويمكننا وضع تصورٍ مبدئيٍّ للخيانةِ الزوجيةِ أنها لا تنشأ إلا في وجود: ضعف الدين + خلل في العلاقة الزوجية + إمكانية وجود اضطراب في الشخصية. ولهذا ينبغي الحفاظ على علاقة زوجية دافئة، ومستوى إيماني عالٍ، تجنبًا للوقوع في شَرَك الخيانة.

❋ ❋ ❋ ❋



قصة طريفة:

نشب خلاف بين رجل وزوجته، فخشيت المرأة أن يعمد زوجها إلى طلاقها، فذهبت إلى حكيم مجرب، وطلبت منه أن يكتب لها كتابا أو يصنع لها حجابًا يعيد إليها محبة زوجها، فطلب الحكيم منها أن تحضر له سبع شعرات من شارب الضبع ليصنع بها حجابًا له، فمضت المرأة ورجعت بعد عشرة أيام ومعها الشعرات التي طلبها، فقال لها: وكيف حصلت عليها؟ فقالت: حملت كمية من اللحم، وتوجهت إلى خربة كنت أعلم أنه يعيش فيها ضبع وعندما اقترب مني رميت له قطعة اللحم فالتهمها، وأعدت الكرة ستة أيام، وفي اليوم السابع كان الضبع قد تعود عليَّ فاقتربت منه، ورحت أناوله اللحم وأداعبه بالمسح فوق جبينه وتحت ذقنه حتى أسلم نفسه لنوم عميق على ركبتي، فمددت يدي إلى شاربيه وقلعت شعراته. فقال الرجل: ويحك!! إن كنت تستطيعين تنويم الضبع على ركبتيك، فكيف تعجزين عن تنويم زوجك على مخدتك؟!!

❊ ❊ ❊ ❊



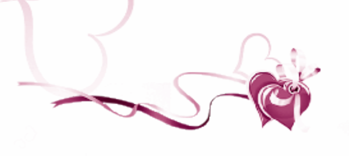
الزوج الهمجي:

هو الزوج الذي لا يحسن التصرف مع زوجته بمعنى ليس لديه أسلوب لبق في التعامل معها ويعتبر زوجته كعاملة لديه تطيع أوامره وتنفذها من دون اعتراض..وهذا الزوج المسمى بالعامية (جلف) ليس معك أنت حتى مع من حوله في عمله يشعرون بهمجية وجلافة طبعه. مهما كان طبع زوجك فكلنا نعلم أن الزوج يصبح طفلًا إذا استطاعت الزوجة أن تكسبه بطريقة ذكية.

وأما عن أسلوبه فحاولي أن تصارحيه بطريقة حنونة ولبقة أن يغير أسلوبه معك، فكوني دائمًا كالمياه الباردة التي تطفئ النار المشتعلة ولن تخسري يا غاليتي.

تقربي منه وأظهري حبك وحنانك واهتمامك، والأهم من هذا طاعته فكوني دائمًا الزوجة المطيعة الخادمة لزوجها، ولكن هذا لا يعني قهرك وإذلالك، ولكن من أجل الحفاظ على بيتك وأسرتك سارعي إلى إجابة مطالبه دون تسويف أو تفويت، وإذا قال لك شيئًا أو أمرك بطريقة استفزازية أو بلهجة صارمة وقاسية حاولي أن تطفئي غضبه.

****



مواجهة خيانة الإنترنت:

- بعد التأكد من إنشاء الطرف الآخر علاقةً عبر الإنترنت، لابد من تحديد نوع العلاقة، ومداها، قبل اتخاذ القرار.

- البحث عن الأسباب، فربما لم يكن الأمر أكثر من بحث عن التواصل، ولا علاقة له في الحقيقة بالرغبة في الخيانة.

- إذا كان الأمر قد بلغ حد إدمان الإنترنت فلابد من علاج هذا الإدمان سواءً في المنزل أو بمراجعة أخصائي نفسي.

- لابد من ملء فراغ الوقت الناشئ عن ترك الإنترنت وعلاقاته، والبحث عن معانٍ جديدة للحياة بعيدًا عن الرغبات السابقة.

- نذكرك بعدم التجسس عليه مهما كانت الدواعي والأسباب.



الزوجة المثالية:

- هي التي تجعل زوجها دائمًا يأنس منها التجمل والزينة.

- هي التي تحرص أن تبدو نظيفة دائما في نفسها وبيتها لأنها تعلم أن النظافة أبقى لها من الجمال.

- هي التي تطيع زوجها في غير معصية اللّه.
- هي التي تربي أولادها بنفسها ولا تتركهم للخدم.
- هي التي تربي أولادها على الصلاح والاستقامة وحسن السلوك. قال رسول اللّه ﷺ: "... الزوجة راعية في بيت زوجها وهي مسؤولة عن رعيتها..." الحديث.
- هي القانعة التي ترضى بما يقسم لها قل أو كثر.
- هي التي تحسن تدبير شؤون المنزل وتضع ما لديها من مال في خير موضع وفي أفضل سبيل.
- هي التي تتحلى بالخلق الحسن فتبدو تصرفاتها حسنة.
- هي التي تحسن معاشرة أهل زوجها وخاصة أمه التي هي أقرب الناس إليه.



لكي تكسب زوجك:

- إشعاره باحتياجك دائمًا لأخذ رأيه في الأشياء المهمة التي تخصك وتخص الأولاد دون اللجوء إلى عرض الأمور التافهة.
- تذكري دائمًا أنوثتك وحافظي عليها وعلى إظهارها له بالشكل المناسب والوقت المناسب دون تكلف.
- عند عودته من الخارج بعد غياب فترة طويلة خارج البيت لا تقابليه بالشكوى

والألم مهما كان الأمر صعبًا.

- أشركي الأولاد في استقبال الأب من الخارج أو السفر حسب المرحلة السنية للأولاد.



تلبية رغبة الزوج في العلاقة الحميمية:

يجب على المرأة أن تطيع زوجها إذا طلبها للجماع، درءًا للفتنة، وإشباعًا للشهوة، قال ﷺ: (إن المرأة تقبل في صورة شيطان، وتدبر في صورة شيطان، فإذا رأى أحدكم من امرأة ما يعجبه فليأتِ أهله، فإن ذلك يرد ما في نفسه) (مسلم). وقال ﷺ أيضًا: (إذا دعا الرجل امرأته إلى فراشه، فلم تأته، فبات غضبان عليها، لعنتها الملائكة حتى تصبح) (البخاري، ومسلم، وأحمد) ولا طاعة للزوج في الجماع إذا كان هناك مانع شرعي عند زوجته، ومن ذلك:

- أن تكون المرأة في حيض أو نفاس.

- أن تكون صائمة صيام فرض؛ كشهر رمضان، أو نذر، أو قضاء، أو كفارة، أما في الليل فيحل له أن يجامعها؛ لقوله تعالى: ﴿أُحِلَّ لَكُمْ لَيْلَةَ الصِّيَامِ الرَّفَثُ إِلَى نِسَائِكُمْ هُنَّ لِبَاسٌ لَكُمْ وَأَنْتُمْ لِبَاسٌ لَهُنَّ﴾ (البقرة: ١٨٧).

- أن تكون مُحْرِمَة بحج أو عمرة.
- أن يكون قد طلب جماعها في دبرها.



متى يتم الحمل؟

تحدث الإباضة علميًا وبدقة قبل أربعة عشر يومًا من تاريخ بدء الدورة الشهرية التالي، وهذه معلومة مهمة يشيع فهمها بشكل خاطئ لدى غالبية الزوجات، فيحسبن الإباضة بعد أسبوعين من بداية الطمث، ويصح ذلك فقط إذا كانت مدة الدورة الشهرية أربعة أسابيع (دورة قمرية) وهذا هو حال نسبة كبيرة من النساء، وهناك نسبة لا يستهان بها ممن تكون فترة دورتهن ٣٢ يومًا أو ٢٤ يومًا، ومن النساء (وهن قلة) من تكون دورتهن كل ٤٥ يومًا أو كل شهرين والأندر كل سنة، ومن النساء من يحملن دون حدوث دورة شهرية.. وبذلك يكون يوم الإباضة لدى اللاتي دورتهن ٣٢ يومًا هو اليوم ١٨ من بدء الدورة الشهرية، وإذا كانت الدورة ٢٤ يومًا فتحدث الإباضة في اليوم العاشر من بدء الدورة..

* * * *



إشباعه من الناحية الحميمية:

وهذا مما قد لا يروق لبعض الزوجات، فتقع المشكلات بسبب نفورهن أو تهربهن والتعلل بحجج واهية قد تغضب الزوج وتسخطه، "ذلك أن قضية إحصان الرجل وإبعاده عن الفتن أهم من كل عمل تقوم به المرأة؛ لأن الإسلام يريد للرجل والمرأة على السواء أن يعيشا في جو كله نقاء وصفاء وطهر وبعد عن أي إثارة من آثار الفتنة والتطلع إلى اللذة الحرام، ولا يطرد خاطرة الجنوح إلى الحرام إلا تفريغ الطاقة الطبيعية في مصارفها الحلال الطبيعي والمشروع، وهو ما أرشدنا إليه رسول الله ﷺ في الحديث النبوي: "إذا أحدكم أعجبته المرأة فوقعت في قلبه فليعد إلى امرأته فليواقعها فإن ذلك يرد ما في نفسه".



نصائح لك:

- لا تهربي من المنزل عند نشوب المشكلات، فالهروب ليس وسيلة للعلاج، ولا مانع من الهدوء قليلًا ثم العودة لحل الخلافات.

- لا تضايقي زوجك بكثرة أسئلتك فيما لا يخصك، أو تحاولي التطلع على أسرار

لا يريد كشفها لك، عندئذ سيترك الزوج المنزل ويمضي إلى مكان آخر يستريح فيه.

- لا تبتعدي عن زوجك وتجعلي لنفسك قوقعة تجلسي فيها وحدك، ولكن شاركيه بقدر الحاجة.



حركتان مجانًا:

- امسكي بيديه أو داعبي خصلات شعره في جلسات الاسترخاء لأن الحركات الصغيرة تعطي الزوج إحساسًا حلوًا.
- عندما يقول زوجك: لا، قولي له: حاضر، ورددي: حتى لا من فمك طالعة حلوة.



مرض الشك:

عزيزتي الزوجة! حددي موقعك على خريطة الشريعة لتعرفي أين هو مكانك بالضبط منها.

- موقعك من الشك: احذري المكوث فيه، فقد قال الرسول ﷺ: "إن من الغيرة ما يحبها الله ومنها ما يبغضه الله فالتي يبغضها الله الغيرة في غير ريبة".
- موقعك من الحزن والضيق: لقد حذرتك الشريعة منه وبينت لك أنه من مصائد

الشيطان قال تعالى: ﴿إِنَّمَا النَّجْوَى مِنَ الشَّيْطَانِ لِيَحْزُنَ الَّذِينَ آمَنُوا﴾.

- موقعك في الضرر: قد يسبب هذا المستحضر ضررًا للأزواج وعليه تكون الزوجة قد تجرَّأت وخالفت الرسول ﷺ إذ قال: "لا ضرر ولا ضرار".

- موقعك في الظلم: قد يكون شكك في غير محله وبالتالي أوقعتِ نفسك في الظلم الذي حرمه الله على نفسه، قال تعالى في الحديث القدسي: "يا عبادي إني حرمت الظلم على نفسي وجعلته بينكم محرمًا فلا تظالموا".



احترام الزوجة لزوجها:

شددت الشريعة المطهرة على احترام الزوجة لزوجها لدرجة أن سيدنا محمدًا ﷺ قال: " لو أمرت أحدًا أن يسجد لأحد لأمرت المرأة أن تسجد لزوجها " انظري لعظمة احترام الزوج! فكري كم هي كبيرة احترام الزوج! إن احترام الزوج لا يقتصر على احترامه شخصيًا، بل يشمل احترام عمله، واحترام والديه وأقاربه وأصدقائه، وكل من يمت إليه بصلة، فإن احترام هؤلاء هو احترام غير مباشر للزوج، كما أن أذية هؤلاء تُعَدُّ أذية للزوج.

❋ ❋ ❋ ❋



الزوجة المحبوبة:

- أن تبادل زوجها الاحترام والتقدير بكل معانيه.
- أن تكون شخصيتها متميزة، بعيدة عن تقليد الآخرين، سواء في لبسها أو قولها أو سلوكها بوجه عام.
- أن تكون واقعية في أمورها.
- أن تخرج مع زوجها للنزهة في حدود الضوابط الشرعية، وأن تحاول إدخال الفرح والسرور على أسرتها.



تهدم المرأة بيتها بلسانها:

تهدم المرأة بيتها بلسانها إذا جلست مع زوجها خالفت أمر الرسول ﷺ وبدأت تذكر فلانة وصفتها: جمال شعرها وطولها وتصفها لزوجها حتى يستعذب الحديث، فإن كان رجل صالحًا لربما تزوجها، وإن كان فاسدًا لربما أفسدها أو أفسد غيرها، وقد نهى النبي ﷺ عن ذلك بقوله: (لا تباشر المرأة المرأة لزوجها كأنه ينظر إليها) وقد ترى المسكينة أن هذا الحديث عن النساء ووصفهن لزوجها يقرب زوجها إليها وقد أضلت الطريق وتاهت في الدروب!



كرامتي.. كبريائي:

كلمات للشيطان ينفث بها في قلب الزوجين عند نشوب الخلاف ويحاول بهما جاهدًا أن يبرر لكل منهما الخطأ والبعد عن التصالح.. فهل يصح هذا بين الزوجين؟!!



من صفات الزوج الصالح:

يعرف كيف يعامل زوجته وكيف يكسبها ويؤدي حقوقها باقتدار ومودة وحب، يعاونها قدر استطاعته ويكون لها الزوج والأخ والأب والابن، يقف بجوارها في الشدائد ويقدر مشاعرها، لا يحملها ما لا تطيق، ولا ينهرها أمام أطفالها ولا في خلوتهما.



للرجال طرق غريبة في إظهار الحب:

للرجال طرق غير تقليدية وغير مباشرة في إظهار الحب بصمت قد تكون بحركات معينة يقوم بها الرجل بلطف.

- أن ينظر إلى عينيك ليرى أعماق روحك.
- أن تجديه يحاول الوقوف إلى جانبك بشكل ملحوظ، فالرجال غير المحبين

تجدينهم يبحثون عن الحب في كل مكان.

- لا يفزع إذا لمست جواله أو أشياءه الشخصية الأخرى.



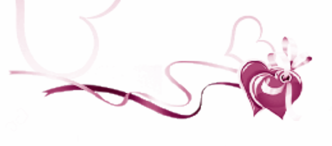
البيت السعيد:

البيت السعيد أسراره محفوظة، وخلافاته مستورة تُفشى لا من قبل الزوج ولا من قبل الزوجة. قال الرسول ﷺ: " إن من شرار الناس عند اللّه منزلة يوم القيامة الرجل يفضي إلى امرأته وتفضي إليه ثم يصبح وينشر سرها ". في ظل هذه المعاني يكون البيت المسلم السعيد عامرًا بالصلاة والقرآن تُظلله المحبة والوئام وتنشأ الذرية الصالحة فتكون قُرة عين للوالدين ومصدر خير لهما في الدنيا والآخرة.



زوجك سيد نفسه:

الرجل يريد أن يشعر باستقلاليته دائما ويسعى بالتالي إلى كسب حريته ولا يسمح لأحد بأن يسيطر عليه، والزوجة التي تصر على أن تكون الرئيسة على زوجها والمسيطرة على حياته تخسر زوجها وتهدم حياتها بنفسها.



العبا معًا..:

فاللعب عنصر من عناصر التودد والغزل، وهو عنصر لا يوجد خلال أيام الأسبوع المملوءة بالقلق والضغوط.. ومن طرق استعادة هذا العنصر أن تمارسا معًا أي لعبة بعد العشاء، ولستما مضطرين للعب كل ليلة.. بل اختارا يومًا من أيام الأسبوع (أيام العمل)، ثم إن عنصر المنافسة في اللعب يفتت التوتر الذي قد ينشأ بينكما لسبب أو لآخر.



همسة رقة:

عن عائشة زوج النبي (ﷺ) قالت: دخل الحبشة المسجد يلعبون، فقال لي:" أتحبين أن تنظري إليهم؟" فقلت: نعم، فأسندت وجهي على خده. فقال رسول الله (ﷺ): "حسبك" فقلت: يا رسول الله لا تعجل. فقام لي. ثم قال لي: "حسبك" فقلت: لا تعجل يا رسول الله. قالت: وما لي حبّ النظر إليهم، ولكني أحببت أن يبلغ النساء مقامه لي.

رقة أمنا عائشة امتزجت بكمال فهم رسول الله ﷺ لشعور زوجه عائشة، فمنحتنا هذا الموقف الذي يدرب الأزواج على الصبر وتحمل المرأة فيكون بها رفيقًا وعليها رقيقًا.

❋ ❋ ❋ ❋



سأصارحه باحتياجاتي:

غالبًا ما تربط النساء حاجتهن للرجال بضعف في شخصيتهن وهذا خطأ. فمن الضروري جدًا أن تشعر المرأة زوجها بحاجتها له في بعض الأحيان، والحاجة هنا معنوية أكثر مما هي مادية، كما يقول الخبراء. إذن أخبري شريكك أين ومتى تحتاجين وجوده بقربك وكيف يمكن له أن يقوم بذلك؟! حتى لو كنت تحتاجين لمسة يد أو تربيتًا على الكتف. فهذا سيشعره بالأهمية وبميولك الأنثوية تجاهه وقدرته على تطييب خاطرك وإشباع احتياجاتك.



لا ينبغي توبيخ الزوج:

تجنبي اتهام زوجك بالتقصير في مشاركتك في الأعمال المنزلية، وحاولي الابتعاد عن عبارة: حاول تعمل حاجة! فالزوج المتعب من عمله منذ الصباح، ومن المعاونة في الأعمال المنزلية مساء قد يتقبل طلبك بهدوء ولكن قد يثور بتكرار الطلب.

* * * *



لا مجاملة على حساب راحتي:

لا تعرضي على زوجك الاشتراك معه في هواياته ما دمت لا تعشقين هذه الهوايات؛ لأن مشاركتك له في هواياته قد لا تناسبك وليكن مبدؤك مع زوجك: لا مجاملة على حساب راحتي، أو على حساب المصلحة العامة للمنزل.



لا تضجري من عمل زوجك:

إن أسوأ ما تصنع بعض النساء هو إعلان الضجر من عمل الزوج. والإعلان يكون عادة في إثارة النكد، والدأب على الشكوى، واتهام الزوج بإهمالها.. واللجوء إلى بيت أمها غضبى.



تجنبي إثارة مشاعر زوجك أمام الآخرين:

الزوجة الذكية تحترم زوجها في وجود الآخرين، فلا توجه له اللوم، أو تحدثه بطريقة غير لائقة.



كيف يبدو مظهري؟

لا تسألي زوجك السؤال التقليدي للمرأة: كيف يبدو مظهري؟ فأنت لا تستجدين الجمال بقدر ما تستجدين التقدير الصامت من زوجك، فضلًا عن ذلك فإن زوجك يراك كل يوم ويعجب دائمًا دون أن يتكلم، فسؤالك هذا مضيعة لوقته ووقتك، ولا لزوم له؛ لأن الإجابة غالبًا ما تكون مفتعلة وآلية، وفضلًا عن ذلك فهذا السؤال لا يواكب العملية التي تتسم بها روح العصر.



الكلمات الحلوة:

إن الكلمات الحلوة لها تأثير السحر على الرجل فاحرصي على أن يكون حديثك معه بطريقة لبقة، وتجنبي في حديثك معه الموضوعات التي تضايقه وانتقي الموضوعات التي يحب الحديث فيها.



لا تجعلي زوجك ينتظر خروجك!

بعض الزوجات تقول لزوجها: إنها مستعدة للخروج، فيخرج عند الباب، ويضطر للانتظار حوالي عشر دقائق أخرى حتى تكون بالفعل مستعدة ثم تخرج.



حسنة الخلق صابرة:

كان في قريش رجل في خلقه سوء، وفي يده سماح، وكان ذا مال، فكان لا يكاد يتزوج امرأة إلا فارقها لسوء خلقه وقلة احتمالها، فخطب امرأة من قريش جليلة القدر، وبلغها عنه سوء- فلما انقطع ما بينهما من المهر قال لها: يا هذه! إن فيَّ سوء خلق، فإن كان بك صبر، وإلا فلست أغرك بي. فقالت له: أسوأ خلقًا منك لمن يحوجك إلى سوء الخلق، ثم تزوجته، فما جرى بينهما كلمة حتى فرق بينهما الموت.



لن يرضى عنك:

تذكري أن الزوج الذي اعتاد أن يرى أمه هي أول من تستيقظ من نومها، ثم توقظ كل من في البيت بعد ذلك، وتجهز لهم الفطور، وتعاون الصغار في ارتداء ملابسهم، لن يرضى بامرأة اعتادت أن تنام حتى ارتفاع الشمس في كبد السماء!!



مثاليات موجودة

جربي الكلام الحلو المفيد، والابتسامة المشرقة المضيئة، والفكاهة المنعشة، والبشاشة الممتعة، وابتعدي عن الحزن والغم، والهذر واللغو، والعبوس والتجهم، والكآبة والاكتئاب.



قانون الحياة الزوجية:

يجب على كل زوجة أن تعلم أن الحياة هي التعاون في كل شيء، وليس مطلوبًا من الزوجة أن تعرف أعمال زوجها وتتدخل فيها، فمثلًا إذا كان الزوج طبيبًا والزوجة مدرِّسة فليس مطلوبًا منها دراسة الطب ولكن مجرد مشاعرها وعطفها يجعلانها كفيلة بتوجيه زوجها، والاستحواذ على رضاه، وتستطيع كل زوجة بكلماتها الرقيقة أن تناقش مشاكل زوجها، وتجد الحلول لها، وتدفعه بقوة نحو النجاح والتفوق، وفي نفس الوقت يجب على الزوجة تجنب الثرثرة في الموضوعات غير المجدية، وقديمًا قال أحد الحكماء: كثيرًا ما ندمت على الكلام ولكن على السكوت ما ندمت قط.



الحياد التام:

لا تنتقدي تصرفات أحد الأزواج من معارف الأسرة؛ فهذا الانتقاد يؤدي عادة إلى مجادلات وخلافات، فقد يدافع زوجك عن هذا الزوج وينتقد زوجته، وقد ينتقد بعض تصرفاتك المشابهة لتصرفات زوجته؛ لذلك فالتصرف الأمثل في حال معرفة وجود خلافات بين زوجين صديقين هو الوقوف موقف الحياد التام من الخلاف.



تضايق الزوج:

الزوجة التي تنتابها حالة عصبية في السيارة فلا تترك زوجها يقود في هدوء، وتظل طوال الطريق تلقي عليه بالتوجيهات والتنبيهات، أو الزوجة التي تظل الساعات تتحدث في الهاتف ولا تراعي ميعاد تناول الطعام أو انتظار زوجها لمكالمة عمل، تبدو تصرفاتها يسيرة ولكنها تضايق الزوج؛ لذلك يمكن للزوجين أن يتفقا على أن يحاول كل منهما التغيير من عاداته حتى يتحقق الهدوء والراحة في منزلهما، ويخيم عليه الاستقرار، ويسود مناخ الألفة والمحبة، ويشعر الزوجان أن كلًا منهما مكمل للآخر، وينعم الأولاد وسط مناخ التفاهم الذي يعم خيره كل أفراد الأسرة.

وينصح خبراء الاجتماع كل زوجة أثبتت لها الأيام أن عادات زوجها التي تضايقها لن تتغير بأن تحاول هي تغيير ردود فعلها تجاهها، لأنها في النهاية أشياء يسيرة بالفعل.



عندما يهاجم زوجك أحد أفراد أسرته:

فحذار من مشاطرته هذا الهجوم؛ لأن فترة العصبية، ومشاعر الغضب لن تلبث أن تزول، حينئذ سوف يتراجع عن مهاجمة من أثار غضبه ببعض التصرفات ويعود للدفاع عنهم، حينئذ سوف يؤنبك لموقفك تجاههم، فالأجدر بك إذن ألا تشتركي معه في الهجوم

على والدته أو أخواته بل بالعكس يمكنك أن تلتمسي لهم الأعذار بل يجب أن تلومي زوجك قائلة: يجب أن تحترم والدتك وأخواتك! فسوف يحترم زوجك موقفك هذا فيما بعد.



تنبيه:

حاول تحاشي إثارة الموضوعات التي تثير حساسية زوجتك وتستدعي غضبه، واجتنبي القيام أمامه بعمل شيء تعرفين سلفًا أنه لا يرضى عنه.



أهمية الأشياء لا تقاس بمعيار واحد:

كثيرًا ما تفاجأ الزوجة بزوجها يسارع بالقيام بأشياء لا تشعر هي بأهميتها، في حين يماطل كثيرًا في تلبية الأشياء المهمة في نظرها، فأهمية الأشياء هنا لا تقاس بمعيار واحد لدى كل الطرفين؛ لذلك اتفقت معظم آراء المتخصصين على أنه ليس هناك حل سحري لعلاج هذه المشكلة.

* * * *



لا تنتقدي سلوك زوجك أمام أطفاله،

ولا تستعملي ألفاظًا غير لائقة يرددها الأبناء من بعده مثل: جاء البعبع، أو وصل الهم.



البيت المملوء بالحب والسلام:

تذكري أن البيت المملوء بالحب والسلام، والتقدير المتبادل والاحترام، مع طعام مكون من كسرة خبز وماء، خير من بيت مليء بالذبائح واللحوم وأشهى الطعام، وهو مليء بالنكد والخصام!!



حذار من الإفراط في الغيرة والعتاب:

تجنبي التصرفات التي تؤجج غيرة زوجك، وتبلبل أفكاره. قال عَبْدُ اللّه بن جعفر لابنته: يا بنية، إيّاكِ والغَيرة فإنّها مفتاحُ الطلاق، وإيّاكِ والمعاتبة فإنّها تورث البِغْضة، وعليكِ بالزّينة والطِّيب، واعلمي أنّ أزْيَنَ الزِّينة الكُحل، وأطيبَ الطِّيب الماء



رتبي بيتك على أحسن حال:

غيري من ترتيب غرفة الجلوس من حين لآخر. ضعي لمساتك الفنية في انتقاء مواضع اللوحات أو قطع التزيين وغيرها.



لا تسرعي بالشكوى إلى زوجك:

لا تسرعي بالشكوى إلى زوجك بمجرد دخوله البيت من أمور تافهة مثل صراخ الأولاد. ولا تطلبي من زوجك أن يلعب دور الشرطي للأولاد، يقبض على المتهم ويحاكمه أو يضربه.



تذكري:

تذكري أنك مسؤولة عن إسعاد زوجك وأولادك، وتذكري أن رضا زوجك عنك يدخلك الجنة. عَنْ أُمِّ سَلَمَةَ قَالَتْ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ "أَيُّمَا امْرَأَةٍ مَاتَتْ وَزَوْجُهَا عَنْهَا رَاضٍ دَخَلَتِ الْجَنَّةَ" (الترمذي).



لا تتحسري:

لا تتحسري على العاطفة الملتهبة، ومشاعر الحب الفياضة وأحلام اليقظة التي كنت تعيشين فيها قبل الزواج، فهي تهدأ بعد الزواج وتتحول إلى عاطفة هادئة متزنة.



إذا كان الرجل هو صاحب الكلمة الأولى في العلاقة الزوجية:

فأنت المسؤولة عن النجاح والتوافق والانسجام في الزواج. ومهما بلغتِ من علم وثقافة، ومنصب وسلطان، فارضخي لزوجك والجئي إليه، ولا تصطدمي معه في الرأي. واهتمي في مناقشاتك معه بأن تتبادلي الأفكار مع زوجك تبادلا فعليا، فتفاعل الآراء المثمر خير من استقطابها استقطابًا مدمرًا.



أظهري لزوجك:

أظهري لزوجك مهارتك وبراعتك وتفوقك على سائر النساء، وسيزداد تمسك زوجك بك، واعتزازه بصفاتك الشخصية، حين تتقنين كل شيء تعملينه



لا.. لا..

- لا تنقلي مشاكل بيتك إلى أهلك فتوغري صدور أهلك ضد زوجك. بل حلي تلك المشاكل بالتعاون مع زوجك.

- لا تستعلي على زوجك إذا كنت أغنى منه، أو أعلى حسبًا ونسبًا، أو أكثر ثقافة وعلمًا.

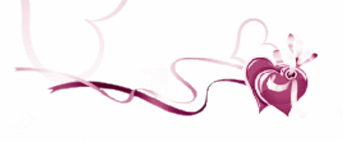
- لا يجوز استصغار الزوجين أحدهما الآخر وانتقاص قدره والتعالي عليه مهما كان الفرق بينهما.



إياك أن تغاري من حب زوجك لأمه وأبيه:

فكيف نقبل من زوجة مسلمة أن تبدأ حياتها بالغيرة من حب زوجها لأهله، وهو حب فطري أوجبه اللّه على المسلمين لا يمس حب زوجها لها من قريب أو بعيد؟ وكيف نقبل من زوجة مسلمة أن توحي لزوجها أن يبدأ حياته معها بمعصية اللّه تعالى ورسوله ﷺ في أهله، فيعق والديه ويقطع رحمه من أجل رضا زوجته؟!

* * * *



لا تشوهي صورتك التي ي ذهنه:

حين يتزوج رجل امرأة، يتعلق بصورتها الحلوة كما رآها أول مرة، ويود أن يحفظ لها هذه الصورة سليمة صافية ساحرة طوال حياته، فلا تشوهي صورتك التي في ذهنه. حافظي على جمالك وأناقتك، ونضرة صحتك، ورشاقة حركاتك، وحلاوة حديثك، ولا تتحدثي بصوت أجش، ولا ترددي ألفاظا سوقية هابطة، وإذا تخليت عن هذه السمات النسوية المطلوبة، أو أهملت شيئا منها، هبطت صورتك في نظر زوجك، وابتعدت أنت عن الصورة النسوية.

تخيري الأوقات المناسبة لعرض مشاكل الأسرة ومناقشة حلها، إذ يصعب حل المشاكل قبل خروج زوجك للعمل في الصباح بسبب قلة الوقت، ولا تناقشي أي مشكلة عند عودته من عمله في المساء مرهقًا متعبًا. ولعل المساء هو أفضل وقت لمناقشة المشاكل ومحاولة حلها، ولا تناقشي مشاكل الأبناء في حضورهم؛ حتى لا يشعروا أنهم أعباء ثقيلة عليك وعلى زوجك، وأنهم سبب الخلاف بين الوالدين.

* * * *



مراعاتها لطاقته وقدرته في النفقة:

إن من خير ما تحلّت به المرأة المسلمة من الصفات مع زوجها مراعاتها لطاقته وقدرته في النفقة، فلا إلحاح في حالة العسر، ولا شراهة في وقت اليسر، بل تلبس لكل حالة لَبُوسها، وترضى منه باليسير، وشر ما اتصفت به المرأة الشراهة وكثرة المطالب وهذا لا يزيدها من زوجها إلا بُعدًا، ولا من قلبه إلا بُغْضًا.



لا تجعلي العبوس رفيقكِ:

حاولي ألا تفارق وجهكِ الابتسامة المشرقة المضيئة والفكاهة والبشاشة؛ لكي تمنحي زوجكِ السعادة، وتنعمي بحياة زوجية سعيدة.



ليس هناك إنسان كامل على وجه الأرض:

يؤكد المتخصصون أن عملية تغيير العادات المترسخة في النفس مثل أي عملية تجديد تحتاج إلى الصبر والهدوء؛ لأن الانفعال والغضب لا يفيدان، ولهما آثارهما السيئة. ولتحاول كل زوجة أن تتغاضى عن هذه الأشياء، ولا تركز في نظرتها إلى زوجها إلا على

صفاته الجميلة، وتقنع نفسها بأنها حاولت وفشلت فلتقبله إذا بعيوبه وصفاته كما يتقبلها هو بعيوبها وصفاتها، فليس هناك إنسان كامل على وجه الأرض(غير الأنبياء والمرسلين).

إن هناك نظرية تقول: إن ما يصيبنا بالأمراض ليست الأشياء في حد ذاتها ولكن نظرتنا المشوهة لهذه الأشياء. وبذلك ينبغي أن نعدل من نظرتنا وتقييمنا الخاطئ لبعض الأمور، وإن السعادة بعد توفيق الله تكون في الغالب من صنع أيدينا، ونظرتنا المتفائلة للحياة.



حافظي على أموال زوجك:

ولا تنفقي شيئًا من ماله إلا بإذنه، وبعد أن تستوثقي من رضاه. فعَنْ أَبِى أُمَامَةَ الْبَاهِلِىِّ قَالَ سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ في خُطْبَتِهِ عَامَ حَجَّةِ الْوَدَاعِ يَقُولُ: "لاَ تُنْفِقُ امْرَأَةٌ شَيْئًا مِنْ بَيْتِ زَوْجِهَا إِلا بِإِذْنِ زَوْجِهَا". قِيلَ يَا رَسُولَ اللَّهِ وَلاَ الطَّعَامُ؟ قَالَ: "ذَاكَ أَفْضَلُ أَمْوَالِنَا" (رواه الترمذي).

❋ ❋ ❋ ❋



العابدة المطيعة:

عَنْ عَبْدِ الرَّحْمَنِ بْنِ عَوْفٍ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّه ﷺ: "إذا صَلَّت الْمَرْأَةُ خَمْسَهَا وَصَامَتْ شَهْرَهَا وَحَفِظَتْ فَرْجَهَا وَأَطَاعَتْ زَوْجَهَا قِيلَ لَهَا: أدْخُلِي الْجَنَّةَ مِنْ أَيِّ أَبْوَابِ الْجَنَّةِ شِئْتِ". (رواه أحمد).



من حقك:

إن من حق الزوجة على زوجها أن ينفق عليها بالمعروف وفي حدود طاقته ووسعه، وليتق اللّه تعالى فيها وفي أولادها، وإلا ادعى البخيل أن هذه هي طاقته ووسعه، إن لم يكن عنده وازع من دين وخوف من اللّه تعالى، قال تعالى: ﴿لِيُنْفِقْ ذُو سَعَةٍ مِنْ سَعَتِهِ وَمَنْ قُدِرَ عَلَيْهِ رِزْقُهُ فَلْيُنْفِقْ مِمَّا آتَاهُ اللَّهُ لا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلا مَا آتَاهَا﴾.



السنة الأولى من الزواج:

ثقي أيتها الزوجة أن السنة الأولى من الزواج عادة ما تكون فيها مشاكل بسبب اختلاف الآراء والتفكير والعادات والطبائع وهي التي تحددون فيها مسار حياتكم وأسلوبها.



لا تلومي زوجك:

لا تلومي زوجك عندما تحصل مشكلة وخاصة أنك حذرته منها فتعبير: لقد أخبرتك أن ذلك سيحدث لكنك لا تفهم كلامي! حتى ولو بحركات الجسد لن يكون شيئًا مثمرًا في بناء علاقة جيدة مع شريك حياتك.



أثر أناة زوجها في حل المشكلة:

لقد حدث لأحد الأزواج خلاف مع زوجته، أثار غضبها، وطلبت منه الطلاق بقوة وإلحاح، فأمرها أن تأتي بورقة وقلم ليكتب ما تريد، فجاءت بهما، فأشار عليها أن يؤجل الكتابة إلى الغد، فوافقت، فما أشرقت شمس غد حتى أشرق نور الوِفاق بينهما، بعد زوال سَوْرة الغضب، وحِدّة التّوَتّر، وعلمت الزوجة أثر أناة زوجها في حل المشكلة وتلافيها.



أين العيب؟

لا تظني أن من شروط الحياة الزوجية السعيدة سلامتها من سوء التفاهم بين الزوجين، فهذا شرط بعيد المنال لم يتحقق في بيت النبوة، فليس عيبًا أن يطرأ على

الحياة الزوجية بينكما، وإنما العيب عدم الحد منه، وجعله يتفاقم، بل بالإمكان استثماره لصالحكما إذا أحسنتما التعامل معه.



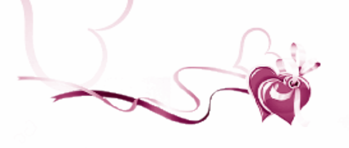
الوسطية:

إن التوسط والبعد عن الإفراط والخيلاء وحب المظاهر، من أسباب السعادة الزوجية والتوفيق بإذن الله، وهو أمر مطلوب من الأغنياء والوجهاء قبل غيرهم؛ لأنهم هم الذين يصنعون تقاليد المجتمع، والآخرون يتشبهون بهم. إن بساطة المهر، وحفل الزفاف، خطوة تحتاج إلى عزيمة صادقة، وهمّة عالية،. فلا تبالي بأقوال سفهاء الناس ودَهْمائهم.



خدمة الزوجة لزوجها:

خدمة الزوجة لزوجها حقٌّ واجب له عليها، وهذه المسألة وإن وقع فيها خلاف بين أهل العلم، إلا أن القول الصحيح، أنّ خدمة الزوجة لزوجها واجبة من مثلها لمثله، فهي تختلف من بيت لآخر، ومن زوج لزوج، ومع ذلك نجد من النساء من ترهق زوجها، فتطالبه بخادمة مع قدرتها على القيام بشؤون البيت، واستغنائها عمّن يخدمها، وما يدعوها لذلك إلا حب المباهاة والمفاخرة والتقليد الأعمى.



كيف تكسبين قلب والدة زوجك؟

- أولًا: يجب أن تدركي غيرة كبار السن، فلا تحاولي إثارة غيرتها بالقيام بمداعبة زوجك أمامها.
- ثانيًا: لا تحدثيها عما تلقينه من زوجك من عطف ولطف وحب.
- ثالثًا: حاولي أن تكسبي صداقتها، ولا تغضبيها حرصًا على مشاعر زوجك، واستشيريها في بعض الأمور فقط.



الحبوب المانعة للحمل:

بعض الأزواج يطلب من زوجته التريث في الحمل باستعمال مانع له بعد الزواج مباشرة بحجة طلب المتعة، وهذا فيه ضرر بالغ على الزوجة، إذ من الثابت طبيًّا أن استعمال الحبوب المانعة للحمل من قبل امرأة لم يسبق لها الإنجاب قد يؤدي إلى عقم تحرم معه المرأة من الولد طيلة عمرها.

* * * *



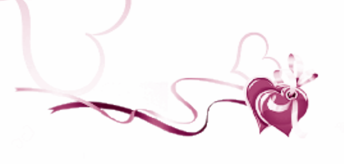
من إيجابيات المصارحة بين الزوجين:

- إخراج ما في النفس وعدم تراكمها مما يؤدي في بعض الأحيان إلى الانفجار.
- قرب كل من الزوجين من الآخر، فلا شك أن ضغوط الحياة والتزاماتها قد تغيب الزوج عن بيته ساعات طويلة.
- شعور كل من الزوجين بالسعادة والثقة المتبادلة بينهما ويعيشان تحت الطمأنينة.
- حل كثير من المشكلات ولاسيما في بدايتها حيث يعرض كل طرف الأسباب ويقدم كل منهما الاعتذار والمسامحة.



الصبر.. الصبر:

قد يواجه الزوج مشاكل ثقيلة في عمله أو مشادة مع رئيسه. وبالتالي فلن يتقبل من الزوجة أي أسئلة حرجة أو استفسارات ملحة، مثال ذلك: أن تتقدم المرأة للرجل بقائمة مشتريات بعد عودته من عمله، فإذا كان مرهقًا من مشاكل عمله فسوف يرفض هذه المطالب حتى ولو كانت محدودة، أما إذا كان الزوج لا يشكو من متاعب العمل، فقد يستجيب لطلبات زوجته بل قد يضيف إليها، ويغدق عليها.



تجنبي كثرة السخط وقلة الحمد:

فكثير من النساء إذا سئلت عن حالها مع زوجها أبدت السخط، وأظهرت الأسى واللوعة، وتبدأ عملية المقارنة بينها وبين أختها أو جارتها أو صديقتها، وهي لا تدري مدى تأثير ذلك على مشاعر الزوج.



قدمي له الجمال في كلمة حلوة ومعاملة طيبة:

إن المرأة تشعر في الكثير من الأحيان من صميم قلبها أن جمالها مهما كان كبيرًا لا يستطيع الاحتفاظ بالرجل، حتى ولو كان زوجَها ولها منه أولاد، وحتى ولو بذلت في سبيل راحته وبيته صفوة جهودها. فقدمي له الجمال في كلمة حلوة ومعاملة طيبة.



كتمان الشكر جحود:

على المرأة أن تدرك بأن شكر زوجها والثناء عليه في حضوره وفي غيابه يزيده إعزازًا لها، وفي كتمان الشكر جحود ودخول في كفر النعم.

وليعلم الأزواج أن كلمات الشكر والتقدير بينهما تؤثر على أبنائهما، فيعتادونها في

البيت وخارجه عند تقديم أي كلمة طيبة أو مساعدة لهم من أحد، فاعتياد التقدير وشكر الصنيع عادة تتكون داخل البيت، وتمتد إلى كل مسائل الحياة.



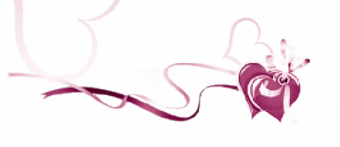
الصداقة باب السعادة:

الصداقة شيء مهم خاصة في العلاقة الزوجية، وهي من أهم ركائز الزواج الناجح؛ لأنها باب السعادة، ويوجد العديد من الأزواج السعداء يصفون علاقتهم الزوجية بأنها مبنية على الصداقة قبل أن تكون مبنية على فكرة الزواج التقليدية؛ لذلك ننصح كلا الزوجين بأن يحرصا على تنمية تلك العلاقة وتقويتها بكل الفرص، وبشتى الطرق المتاحة.



رومانسية المنزل:

لا بد أن يكون للمرأة حس رومانسي؛ لأن الرومانسية تجعل شريك حياتها طفلًا وديعًا، فالرجل يعاني من العديد من الأمور التي تعكر صفو يومه، منها العمل ومشاكله التي لا تنتهي، وما يلاقيه من إرهاق وتعب، والمرأة تستطيع بلمسات بسيطة أن توفر جوًا رومانسيًا دافئًا يحتوي زوجها وباقي العائلة، فبعض الشموع العطرية مع إنارة خافتة نسبيًا ستعطي حتمًا شعورًا بالارتياح والاسترخاء.



الصبر والوفاء:

من أعظم أخلاق الزوجة الصالحة:الصبر على أخلاق الزوج وتقلبات الدهر، والوفاء للزوج في حال الرخاء والشدة والغنى والفقر والقوة والضعف والصحة والمرض.



أكثر المشاكل بين الزوجين:

أكثر المشاكل بين الزوجين تأتي بأن الزوجة تنصدم في رد فعل زوجها في مواقف تكون هي تتخيل أنه سيرد بأسلوب رومانسي آخر لذا أقول لكِ: لا تظني أن تفكير الزوج المائل للجدية كتفكير المرأة الرقيقة الرومانسية! لذا لا تُصْدمي، فعدم رده ليس دليلًا على عدم حبه لكِ كما تتوقعين، بل هو رد فعل طبيعي لتكوينه وخلقته. فلا تكلّي وتتوقفي عن العطاء فمع مرور السنين ستجدين أن زوجك تغير وصار يتبع أسلوبك.

❋ ❋ ❋ ❋



لا تشعري زوجك بأنك أفضل منه :

حتى لا تفقدي حبه واحترامه لأني أرى بعض الزوجات عندهن ثقة زائدة في أنفسهن يظهرن لأزواجهن عدم حاجتهن لهم وبذلك يفقد الزوج حب العطاء لها ويشعر بالفجوة بينهما كوني واثقة من نفسك ولكن أشعري زوجك بأنك بحاجة إليه!.



تجنبي أسباب الخطأ :

تذكري أنه ليس أحسن من اللباقة في تحقيق السعادة الزوجية، وذلك بأن تقولي الكلمة المناسبة في الوقت المناسب، وتتصرفي على النحو المرضي في كل مناسبة، وتتجنبي أسباب الخطأ ودواعي الاصطدام مع زوجك في كل صغيرة وكبيرة.



عندما تريدين مدح زوجك :

ضعي في بالك مجاوزة مواضيعه الحساسة مهما تكن نواياك المخلصة، فإن مديحك لجزء من جسم شريك حياتك أو ميزاته الشخصية التي تقلقه، سوف يجعله يتمنى لو لم تذكري ذلك! ويقول الخبراء: إن ذلك من شأنه إقناعه بأن زوجته تركز على أشياء محرمة بالنسبة له مما يمكن أن يصبح قضية قد تضر بعلاقتكما مستقبلا.



أثر العطر فالحب والإعجاب:

لا نستطيع أن ننسى العطر ودوره المهم في التعبير عن الحب والإعجاب من قبل الطرفين، فالعطر لغة خاصة تستطيع من خلاله المرأة جذب انتباه الرجال، فالرجال يعشقون عطور النساء، ويميلون تجاه العطور الهادئة التي ترسم صورة خاصة ومميزة للمرأة في عيونهم عندَ عودتِه بعدَ غيابِ فترةٍ طويلةٍ خارجَ البيت، لا تقابليه بالشكوى والألم مهما كان الأمرُ صعبًا.. أجّلي ذلك للّحظةِ المناسبة، حتّى تجدي منه التعاطفَ والرقّةَ والحنانَ التي تحتاجينَها.



عشرة عيوب لا يطيقُها الرجالُ في زوجاتهم:

- كثرة الشكوى.
- الإسراف.
- إهمال شؤون المنزل.
- الرغبة في السيطرة.
- الثرثرة والأحاديث التافهة.

- كثرة الصداقات.
- عدم الاستقلال عن الأم.
- الإسراف في الزينة والملبس.
- تغيير الرأي في كل وقت وعدم الثبات على رأي معين بسبب وبدون سبب.
- الغيرة المبالغ فيها بدون داع.



الطموح محمودٌ:

مما يجب أن يكون معلوما عند الزوجين كوسيلة من وسائل استقرار حياتهما الزوجية أن عليهما أن ينظرا إلى مدخول العائلة المادي أولا، ثم أن يبنيا على أساسه المستوى المادي للمعيشة التي على الأسرة أن تعيشه، ولا بأس على الزوجين أن يطلبا باستمرار تحسين المدخول بالحلال.

وليعلما أن الطموح محمودٌ. أما العكس فلا يمت إلى الحكمة بصلة، أي أن يضعَ الزوجان (خاصة الزوجة) في البداية مستوى للمعيشة معيَّنًا يريدان أن يعيشاه مع الأولاد، ثم بعد ذلك يعملان الممكن والمستحيل والحلال والحرام من أجل أن يوفرا المدخولَ الذي يساعدهما على أن تعيش العائلة كما يحبَّان.إن هذا ليس طموحًا،ولكنه طمعٌ والطمع مذمومٌ دومًا.



قاعدة ذهبية:

على المرأة أن تُعوِّد نفسَها على الاندفاع من تلقاء نفسها من أجل خدمة زوجها والإحسان إليه من غير انتظار للأوامر والنواهي من هذا الزوج.



أنت قادرة على أن تبدلي الكثير الكثير:

عندما تتزوجين عليك أن تحرصي على أن تبدئي حياتك الزوجية من اليوم الأول بالحلال -ابتداء من الخطبة والعقد والزواج-ولا تعتذري على أنك مغلوبة على أمرك،فأنت قادرة على أن تبدلي الكثير الكثير بإذن الله.



الابتسامة الحلوة:

للمرأة من القوة في تبسُّمها ما ليس للرجل في عضلاته. قد يخيف الزوج زوجته بعضلاته، لكن يمكنها هي في المقابل أن تستولي على زوجها بابتسامة حلوة منها في الوقت المناسب وفي المكان المناسب وفي الظرف المناسب. فعلى المرأة مراعاة ذلك.

❋ ❋ ❋ ❋



فكرة رائعة:

إذا طلب منك زوجك كوبا من الماء أو العصير، فحاولي أن تسقيه بنفسك، واسأليه إن كان بإمكانك أن تشربي معه من نفس الكأس فإن وافق فبادري على الفور بسؤاله إن كان بإمكانك أن تشربي من نفس المكان، فإذا شربت فقولي له: إن الكوب أصبح طعمه أحلى.. بسبب شربك منه.



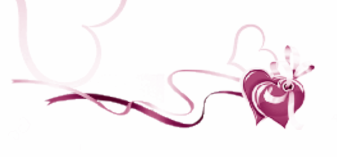
الزواج ميثاق غليظ:

أنت وزوجك لستما شريكين في تجارة تختلفان حول أرباحها وخسائرها، وما بينكما ميثاق غليظ تصغر أمامه كل أنواع العلاقات الاجتماعية الأخرى، وهذا يتطلب منك شيئًا من التنازل والعفو وليس في ذلك ما يهينك أو يقلل من مقدارك.

قالت أمامة بنت الحارث توصي ابنتها أم إياس عند زواجها: كوني له أمة يكن لك عبدًا.

وأخرى أوصت ابنتها فقالت: كوني له أرضا يكن لك سماء.

وفي وصية ثالثة: كوني له مهادا يكن لك نجادا.



العقل الباطن:

دائمًا رددي على مسامع زوجك أنك عرفتِ السعادة منذ أن تزوجتيه وتشعرين أنك الآن ولدتِ من جديد وذقتِ طعم الحياة. وأظهري له التقدير وعلو المكانة أمام أهلك وأهله فذلك له تأثير كبير على العقل الباطن لزوجك الغالي.



طيبة القلب:

أهم ما يعشقه الرجل في المرأة طيبة قلبها. دربي نفسك على أن تكوني طيبة. الرجل أيضًا يحب المرأة الواثقة من نفسها حتى لو تظاهر بالضيق منك لأنك تمثلين له تحديا يستفز كل طاقاته للانتصار عليه.



التجديد:

أن تقومي بمفاجأة زوجك من حين لآخر ببرنامج يومي مغاير للروتين المعتاد، خاصة أثناء الإجازات! أيضًا حاولي أن تزيدي من المستوى العاطفي بينكما بأن تقومي بتغييرات لم يعتدها الزوج منك كاقتناء ملابس نوم جديدة، أو تغيير تسريحة شعرك ومكياجك.



حتى متى؟

قد تعيش بعض الزوجات سنيَّ عمرها مع زوجها وهي لا تستطيع أن تصارحه بأمر يضايقها من جهته وتظن الزوجة نفسها صابرة!

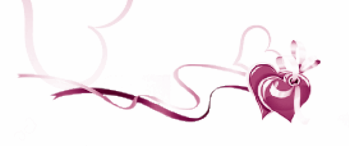
الصبر والوفاء والإخلاص في الحياة الزوجية إنما يكون حقيقيا عندما يكون حوار بناء بين الزوجين فالكبت يشكل ضغطا نفسيا ينعكس سلبًا على رصيد الحب بينكما.



تجنبي الردود القاطعة:

تجنبي الردود القاطعة، أو التي تدل على أنه لا أمل في تحسين الموقف وحل الخلاف أو المشكلة، مثل: لقد ولدت هكذا، لقد اعتدت هذا، لا فائدة! لن تتغير أبدًا، أنت دائمًا تسيء فهمي، فهذه العبارات وغيرها تفقد الأمل لديكما في الوصول لحل يمكن أن ينهى أو يحد من إثارة المشكلات كثيرا، بل وتوصل في الغالب إلى طريق مسدود، وتشعر الطرف الآخر بالإحباط وعدم الفائدة من الصلح أو تحسين العلاقة.

* * * *



كلمة شكر:

كلمة سهلة ورائعة تسعد زوجك وتسعدك أيضًا، فهي تساعدك على أنك تملكين قلب زوجك، وسيسعى إلى إرضائك وإسعادك دوما"، حاولي أن تعودي لسانك على النطق بها حتى لو كان لشيء بسيط.



ما هو الزوج؟!

الزواج ليس منفعة أو تجارة أو متعة جنسية مستمرة، ولكن مشاركة ومسؤولية مشتركة. وعندما يتحول الزواج لمنفعة أو صفقة يفقد رومانسيته وأهدافه الإنسانية والمودة والرحمة والسكن النفسي.



اهتمامك به يثير اهتمامه:

إذا أردت لزوجك أن يتغير وينطق لسانه بالكلمات العذبة التي تتشوقين لسماعها منه، فعليك بممارسة هذا التغيير على نفسك أولًا وأعطيه الفرصة ليتعرف على المشاعر التي تولدها لمسة عاطفية أو لحظة اهتمام فإن محصلة اهتمامك به ستكون مثيرة لاهتمامه بك بالطريقة العاطفية ذاتها.



حافظي دائمًا:

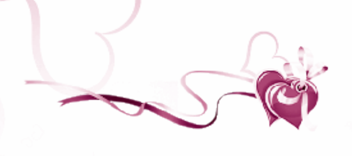
على مسافة احترام بينكما، من بداية العلاقة لا بد أن تحددي الخطوط الحمراء التي لابد من التوقف قبلها، لا تكوني كثيرة المزاح، وليس المعنى أن تكوني ثقيلة الظل، إذا كان عصبيا فتحاشي نقاشه في نوبات غضبه، ارفضي أي لفظة خارجة أو مهينة إذا وجهها لك، وليكن رفضك بأسلوب هادئ وحاسم.



احذري:

إحذري من المقارنة عند زوجك بين حالتك قبل الزواج وحالتك بعد الزواج، إلا إذا كانت المقارنة إيجابية بعد الزواج، لأن الإكثار من المقارنة قد تؤدي إلى نتائج وخيمة، ولا تنسي أن الحياة الزوجية في بدايتها يشملها الكثير من النقص في التجهيزات وسوف تأتي مع مرور الأيام.

* * * *



الخلاف المفيد بين الزوجين:

لكي يكون الخلاف بين الزوجين مفيدا وجادا، ينبغي ألا يصبح مجرد فرصة للتفريج عن النفس وإفراز نواتج الضغط والتوتر لدى كل طرف على حساب الآخر، أو أن يصبح التنازع هادفًا" تحطيم معنويات الآخر وإهانته، أو وسيلة لإظهار السلطة على الآخر.



يقول أحد الأزواج لزوجته:

احرصي على أن تكوني مرشدتي، وأن تقفي دائمًا بجواري، وإذا كنت مخطئا ﵟفي رأيي فحاولي أن تأخذي بيدي إلى حيث تعتقدين أنه صواب، فلا تحاولي إيلامي وتقريعي ودفعي نحو الأخطاء.



المرأة المتوترة:

أثبتت إحدى الدراسات أن المرأة المتوترة التي تعاني من عدم الاستقرار ﵟفي حياتها ترتفع نسبة الإجهاض لديها، والإجهاض يبدأ من الأسبوع ٢٦ من بداية الحمل حيث يمكن أن يحدث نزيف ما قبل الولادة وقد يتكرر الإجهاض شهريًّا وقد يعتقد أنها الدورة الشهرية لأنه قد يكون قبل موعد الدورة أو بعدها بيوم أو يومين.



بيني وبينك:

أصغي جيدًا حينما يعبر زوجك عن مشاعره حتى لو اضطررت لدفعه دفعا للتعبير عنها، فإذا تراكمت المشاعر بداخله، فسيؤدي ذلك لمشكلة كبيرة بمرور الوقت.



من منافع بعض الزيوت العطرية:

- زيت البابونج: مهدئ ويستخدم لتخفيف أوجاع الرأس والأرق.
- زيت الورد: مسكن جيد وفعال لحالات الاكتئاب.
- زيت الياسمين: أكثر الزيوت فاعلية والضرورية في توفير الانتعاش ولها تأثير كبير على الإحساس بالمرح.



هل هناك فراغ كبير في وقتك؟

ما المانع أن تزيدي من مهاراتك باستمرار، فمثلا تعلمي اللغة الانجليزية، وأتقني التعامل مع الكمبيوتر والإنترنت، اقرئي كتبا في التربية، فبإضافة إلى أن ذلك سيملأ أوقات فراغك، فإنه سيوسع مداركك، وسيجعلك أكثر تقاربا مع الأولاد.. ولكن لا تجعلي هذه الهوايات تدفعك لإهمالِ واجباتك الأساسية.



أشغلي نفسك في غياب زوجك!

إذا كنت تشتكين من غياب زوجك كثيرًا عن المنزل بسبب أعماله ومشاغله فخير لك أن تتعلمي هواية تقضين بها وقت فراغك بدلا من أن تشتكي لزوجك كلما عاد إلى المنزل خصوصًا إذا كان غيابه لأسباب حقيقية وضرورية ليس من بينها طبعًا السهر الزائد مع الأصدقاء.



لا تجعلي زوجك يبحث عن شريكة أخرى:

بعض الزوجات تعيش مع زوجها وكأنها في معركة! ولا يمكن أن تتنازل عن بعض قناعاتها مع زوجها، بل تفرض رأيها ويجب على الزوج أن يقتنع بذلك رغمًا عنه.. تلك الزوجة هي التي تجعل الزوج يبحث عن شريكة أخرى تتفهم ما يريد..! لذا احذري.



حديث الوسادة:

اختاري الأحاديث الطيبة قبل النوم، واهجري كل مشكلات البيت والأولاد، لأن له أثر طيب في نفس كل منكما.



تعلموا من أبي الدرداء وزوجته!

إن احترام المرأة لزوجها وتوددها له عند الانفعال والغضب دليل على رجاحة عقلها، وحسن خلقها، والأجمل من هذا هو الاعتذار المتبادل، كما قال أبو الدرداء لزوجه: "إن أنا غضبت فرضِّيني، وإن أنت غضبت رضيتك، وإلا لا نصطحب".



لا تهربي!

لا تهربي من المنزل بجسدك أو بروحك عند نشوب المشكلات، فالهروب ليس وسيلة للعلاج، ولا مانع من الهدوء قليلا" ثم العودة لحل الخلافات.



لا تجعلي زوجك يهرب!

لا تضايقي زوجك بكثرة أسئلتك فيما لا يخصك، أو تحاولي التطلع على أسرار لا يريد كشفها لك، عندئذ سيترك الزوج المنزل ويمضي إلى مكان آخر يستريح فيه.

* * * *



وافقي أحيانًا من غير قناعة:

الاختلاف الدائم في الرأي يؤدي غالبًا إلى اختلاف القلوب، فوافقي زوجك أحيانا، حتى وإن كنت غير مقتنعة. بشرط أن تكون في غير معصية الله.



كيف تعينين زوجك على القيام لأداء الصلاة؟

إحدى الزوجات تقول: كنت إذا أردت إيقاظ زوجي من النوم للصلاة أغسل يدي بالماء حتى تكتسب نوعًا من البرودة وأعطرها بالعطر المفضل لديه، فإذا ما لامست برودة يدي جسمه الدافئ واستنشقت أنفاسه عبير ذلك العطر استيقظ من نومه وإن كان يغط في سبات عميق.



اقرئي عن مراحل نمو الطفل:

وكيف يمكن التعامل معه حتى تحسني تعامله وتتجنبي ما يمكن أن يؤثر على صحته النفسية، ويقيه من الصراعات النفسية فيما بعد. وركزي تحديدا على كيفية التعامل معه عند وصوله لمرحلة المراهقة فهي المرحلة الخطرة بالنسبة للأطفال.



لا خلاف أمام الأولاد:

احذري الاختلاف مع الزوج أمام الأولاد، أو علو الصوت أمامهم، فهم يتعلمون أولًا بالقدوة والتقليد قبل أي شيء آخر؛ لأن هذه المشكلات ستحضر في ذهن الطفل وتؤثر عليه فيما بعد.



التغافل من حسن الخلق:

يقول الإمام أحمد بن حنبل "تسعة أعشار حسن الخلق في التغافل" فلا تنسي أن كل طرف منكما لا يخلو من النقص، لذا احذري أن تدققي في كل شيء يصدر من زوجك، أو تغضبي من أي تصرف.



كوني ذكية:

احذري أن تستخدمي سلاح البكاء والانهيار حتى تحثيه على الانتقام من أي أحد من عائلته قام بتصرف غير لائق معك فلن تنطلي عليه هذه الحيلة دائمًا حتى وإن لم يشعرك بذلك كما أنه تصرف ليس من الإسلام، فكوني أكثر ذكاء وحكمة.



الحقوق الأسرية:

أعيني زوجكِ على بر والديه وصلة إخوانه وأخواته، وذكريه إذا نسي، وعظيه إذا قصر أو تهاون، فمن لا خير فيه لأهله، فلن يكون فيه خير لأحد وأولهم أنت،ثم أي حياة تلك التي تعيشينها مع زوج عاق مسخوط عليه من الله، قاطع لرحمه، قد قطعه الله، فأول واجبات الزوجة أن تجعل زوجها موصولاً بالله عن طريق بر والديه وصلة رحمه حتى تهنئي معه ويهنأ معك.



حسن الاستماع:

لابد أن تحسن المرأة الاستماع إلى شريك حياتها لكن ليس بالضرورة أن يصل إلى حد الإصغاء من غير تفكير! فذلك ما قد يفوت الفرصة عليك فهم ما يريده منك! فهناك فرق كبير في أن نستمع إلى بداية الحوار ثم نبدأ في التفكير في ردود على ما يقال، وبين الإنصات واستيعاب ما يقال ثم الرد عليه بهدوء وعقلانية واتزان.

* * * *



القبلة:

القبلة هي جسر المحبة بين الزوجين عليها تتلاقى القلوب والأرواح والمشاعر كلما كانت عميقة حارة طويلة كان ذلك دليل الحب والشهوة والرغبة في الاستمرار بالزواج فهناك نساء أسعدتهن قبلة، و هناك نساء أكثر تعيسات طول الحياة بسبب قبلة. وقد تذهل المرأة للقبلة الأولى وتثور للثانية..وتهوى الثالثة..وتنتظر الرابعة وكلها أجور وحسنات بين الزوجين!.



الإشباع العاطفي:

المرأة بتركيبتها العاطفية أحوج من الرجل لسماع كلمات الحب ولإحساسها أن هناك من يهتم بها ويشغله أمرها، والرجل أيضًا بحاجة إلى إشباع عاطفي ليستمر في العطاء والإنتاج.

فالقلب بحاجة إلى تلك العواطف التي تزهر فيه فتورِثه الراحة النفسية، وإذا ما أشبع جانب الاحتياج العاطفي فسيكون طريقًا لتذليل كل المصاعب وتحمّل كل الأعباء والمسؤوليات عن طيب نفس.

كان رسول الله يدفع في هذا الاتجاه ويشيع ويشجّع على إشاعة الحب ونشر ثقافة الإفصاح وعدم التكتم بالمشاعر وخير دليل حادثة الصحابي حينما أخبره أنه يحب فلانًا، فسأله: أأخبرته؟ قال: لا، قال: إذن فأخبره.

وإذا كان هذا منهج الحبيب عليه الصلاة والسلام مع أصحابه فكيف بين الأزواج وهم أولى لاستمرار الحياة وعمارة الكون؟!



أسلحة الزوجة النووية:

عليك إثارة الرجل بالملابس الجذابة والاعتناء بالنظافة الشخصية ووضع العطر لتفوزي بعلاقة زوجية تنال إعجابك وتحرك مشاعر زوجك تجاهك، لا تنسي أسلحتك الفتاكة فأنتِ قادرة بها على تدمير الوسائل الدفاعية للرجل والسيطرة عليه بل جعله أسيرًا لهذه القوة الضاربة ومطيعًا لك.

يختلف استخدام هذه الأسلحة من زوجة لأخرى، كل زوجة بحسب ثقافتها وإدراكها وفلسفتها في الحياة، وإن كانت المرأة الذكية بلا شك هي من تطوع هذه الأسلحة للحفاظ على ولاء الزوج واستمرار سعادتها في الحياة الزوجية. ومن بين تلك الأسلحة: إثارة الزوج وقلب غرفة النوم إلى عش رومانسي صاخب!.



يريدك حبيبته:

- زوجك يريدك الحبيبة العاشقة التي تتفنن في سرقة قلبه وفى إثارة رجولته..
- يريد امرأة لعوبًا تبهره بقوامها وعطرها كما تبهره بأنوثتها وسحرها.
- يريد على فراشه أنثى تثيره وتمتعه بمنظرها وعطرها ولين جسمها وكلماتها.
- يريدك أن تذوبي بين يديه عشقا وشوقًا وهيامًا كي تعفيه عن الحرام.



سر الرجل:

الصمت هو الحالة الطبيعية لديه فهو يصمت لأنه ببساطة ليس لديه ما يقوله، وتحاول المرأة أن تستجره للكلام..لأنها تعرف أنها إذا صمتت فهي تنتظر منه أن يسألها.. عن سر صمتها..ثم تبدأ بالأسئلة التي يضيق بها الرجل ذرعًا..ويعتبرها تحقيقا ويصاب بالحيرة أمامها لأنه ببساطة.. لا يعرف ماذا يقول؟! لذا فعلى حواء حينما يصمت الرجل وترغب في أن يتكلم..ألا تلاحقه بالأسئلة.

جربي أن تسترسلي في الحديث عن موضوع يحبه..بطريقة سلسة ناعمة.وسوف يتجاوب معها مع أنه طلب تافه جدًّا.

ما لا تعرفه المرأة عن الرجل هو أنه شديد التركيز فيما حوله وأي تشويش يثير أعصابه حتى وإن كان يحبها، لذا فعليها أن تتجنب أن تطلب منه ما تريد حينما يكون منهمكا في أي شيء حتى لو كان شيئا تافها في نظرها.



صفات لا يحبها الزوج:

- الزوجة التي تتعامل بشيء من التكلف.
- التي لا تتولى المبادرة ولو مرة واحدة.
- التي تلعب دور عسكري المرور.
- التي لا تهتم بمظهرها أو نظافتها.
- التي تقول: إنها ليست جميلة.
- التي تخجل من شكل جسدها.
- التي تفوح رائحتها بصلًا وثومًا.
- التي لا تستجيب للجماع بتلقائية.

❋ ❋ ❋ ❋



مجالس النساء:

لا تصدقي ما ترويه لك بعض الصديقات! فإن ٩٠٪ من حكايات النساء عن حياتهن الحميمة مع الأزواج هو مجرد ضرب من المبالغة والكذب. أنت بنفسك، مجردة من كل التأثيرات الأخرى، فكري مليًّا بحياتك الحميمة، وفكري بالتجديد الممكن انفتحي على شريك حياتك، اسأليه عما يحب، عن رأيه بحياتكما العاطفية والحميمية عامة. ركزي على الأمور الجميلة في علاقتك الخاصة ولا تهتمي لكلام فلانة ولو أنها كانت كفؤًا ما تكلمت عن زوجها أمام غيره بهذه الصورة السيئة، ولا تسمحي لصديقاتك بالحديث عن مغامراتهن مع أزواجهن، وذلك بالأسلوب الطيب والعبارة المهذبة. فكم من واحدة تحدثت بصراحة وطيبة قلب فخسرت زوجها وطلقها بسبب عين صديقتها! وكم من واحدة كذبت وكذبت فسقطت من أعين الجالسات! ذكريهم بقوله عليه الصلاة والسلام: "إن من أشر الناس منزلة يوم القيامة الرجل يفضي إلى المرأة وتفضي إليه ثم يفشي سرها" (رواه مسلم).

❋ ❋ ❋ ❋



ماذا يحب الرجل في زوجته؟

يحب الكثير، لكن هذه أهمها: أنوثتها، حياءها، ثقتها بنفسها، خفة دمها، اتزانها سرعة بديهتها، تفهمها، هدوءها، شخصيتها لا تسلطها، دبلوماسيتها، إخلاصها، غيرتها بحدود، نظافتها، تواصلها، رقتها!



التربية الذاتية:

لا تُضيعي وقتكِ وتذكري أن الوقت من ذهب، فلا تَضيعي عمرك في الندم والبُكاء على أطلال تجربة فاشلة. لا تعيشي في الماضي .. دعيه وشأنه، ولا تنسي أن الوقت أثمن من أن تستهلكيه في ذكرياتٍ حزينة لا تجنين من ورائها سوى الحسرةِ والندم.تطلعي لمستقبلٍ ينتظرك وتأكدي أنه أفضل من ماضيكِ وحاضرك

❋ ❋ ❋ ❋



قبلة الصباح:

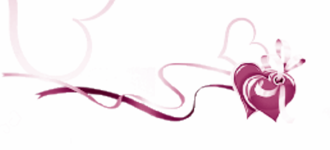
٤٢٪ من التعساء في بيوتهم أكثر سعادة وتفاهمًا بعد قبلة الصباح، وبهذا فإن تبادل الكلمات الرقيقة ووضع قبلة على جبين الزوجة أو فوق خد الزوج يؤدي إلى القضاء على المشاحنات، ونشر البهجة والسرور في البيت واستمرار واستقرار الحياة وقد كان رسول الله ﷺ يقبِّل عائشة رضي الله عنها قبل خروجه من البيت. صباحية مباركة على الجميع!



جمال الروح:

هل تساءلتِ في يوم من الأيام: لماذا هناك نساء متوسطات الجمال؟ أو كما نقول: (عادية جدًا) ولكنها تمكَّنت من الحصول على أكثر الرجال وسامة وأهمهم وأغناهم وأرفعهم منزلة في الوسط الاجتماعي؟ كما استطاعت أن تحافظ عليه وتبقيه بجانبها بل أسرته واستحوذت على حواسه لماذا وهي لا تملك من الجمال والدلال كما تملكين؟

❋ ❋ ❋ ❋



الزوجة الداهية:

جميع الأزواج يحترمون ويقدرون المرأة الداهية التي لا تكون أمامهم دائمًا عندما يعتاد عليكِ وعلى قربك وجودك حوله... ابدئي بالابتعاد الآن... يقولون: الغياب يولع القلب. فاجعليه يشتاق لكِ ولوجودك قربه، وتذكري أن ما يسهل الحصول عليه يسهل استبداله. فكوني صعبة المنال والوصول والحصول.



رومانسية غلط:

أرجوك أرجوك لا تفهمي الرومانسية غلط! فلا تلاحقيه صباحًا مساءً وتقولي له: أحبك! أحبك! هل تحبني؟ فقط دعيه يشعر... وأرسلي إحساسك إليه. ألم تتساءلي: لماذا أجمل الأيام التي جمعت بينكما كانت فترة بداية الزواج؟؟ لأن كل شيء كان جديدًا آنذاك. القبلة واللمسة و... كان جديدًا وذا مذاق خاص. أرجعي تلك الأيام .. أرجعيها بالحب والدلال والغنج. أرجعيها بأحاسيسك وعيشي حبك من جديد.



(ع ي ون ك) :

عندما يحادثك حتى لو كان حديثًا عابرًا، كأن يحكي قصة حدثت معه في عمله مثلًا..انظري في عينيه وامنحيه نظرة تشعره أنكِ مهتمة به وتريدين قربه بالذات في هذه اللحظة وهو مشغول بالحديث. لا تقومي بأي حركة أخرى فقط أمعني النظر في عينيه.. أتعلمين أنه بنظراتك له ستخدعين عقله وستجعلينه يشعر أنه مغرم بكِ وليس العكس.. دعيه يفهم مشاعرك وحبك فقط من خلال عيونك.



فهم خاطئ

تتوقع المرأة من الزوج أن يكون طائرًا من الرومانسية والسحر في كل الأوقات وأحياناً يكون ذلك رائعاً ولطيفاً. نقول: أحيانًا وليس دائمًا! لكن أن تتوقعي منه أن يفرش لك السرير بالورود وإضاءة الغرفة بالشموع دائماً فهذا صعب جداً على الرجل المسكين. يبدو هذا كما لو أن الرجل يطلب منكِ أن تقومي بحقوقه لفشلت إذا لم تكوني تنوين أن تفعلي ذلك، فلا تطلبي أشياء خيالية أنتِ أيضًا. أدام الله السعادة بينكما.



فقدان الرومانسية:

أكثر الأزواج معاناة من انعدام الرومانسية في حياتهم هم الأزواج الذين لديهم أطفال، فقد تبين أن هؤلاء الأزواج يهبون حياتهم لسعادة أطفالهم متناسين أن سعادة الأطفال تكمن في حياة زوجية مستقرة بين الزوجين، لأن ذلك سيوفر للأطفال جوًّا صحيًّا من الحب والحنان، الأمر الذي ينعكس إيجابيًّا على صحة الأطفال النفسية.



تفتيش الجوال:

ماذا تستفيد الزوجة من قيامها بتفتيش جوال زوجها واستعراض ملفاته المحفوظة ورسائله متناسية أن عملها حرام وهو من التجسس الذي نهى الله عنه؟!

ولك أن تشاهد حالتها السيئة إذا وجدت صورًا وأفلامًا لا تليق أو رسائل غرامية لا يحق لها قراءتها ولو كانت زوجته.. للأسف فقد هدمت بيتها بيديها، وأفرحت عدوها عليها وأصبحت سيرتها على كل لسان.





كوني صريحة وواضحة!

في جميع شؤونك مع زوجك، وأبلغيه عن كل أمر يجد في حياتك ولا تقدمي على أمر في حياتك حتى تخبريه، فإن حصلت لك مشكلة فأبلغيه من أول الأمر ولا تمهلي فيتفاقم الأمر مما يؤدي إلى سوء ظن الزوج بك ويلومك على ذلك.



نوم الأطفال:

جمال الحياة الزوجية في علاقتها الحميمية ولحظة اللقاء بين الزوجين لكن تجد الزوجة تفسد هذه الراحة والهدوء بإحضار طفلها داخل غرفتها، ويزداد الأمر سوءاً حين تنومه بينها وبين زوجها وتعطيه قارورة الحليب والزوج المسكين ينتظر ويراقب وهي في مصارعة مع طفلها العنيد وتضربه فيبكي فيضع الزوج على أذنه المخدة ويسمع صوت زوجته بعيدًا كل ليلة! مزعج وكان بمقدورها تنويم طفلها الصغير قبل مجيء طفلها الكبير!!

❋ ❋ ❋ ❋



الاحتلام:

لا يجب على المرأة الغسل إلا إذا رأت الماء.والغالب أنها لا ترى ماء بعد الإشباع العاطفي الفطري الذي يحصل لها في النوم بالاحتلام،وذلك أن ماء المرأة يبقى في الداخل ولا يخرج إلا في النادر من الأحوال، وإذا رأته المرأة بعد استيقاظها مباشرة وجب عليها أن تغتسل عندئذ مثلها مثل الرجل تماما.والأصل عندنا بالنص في الحديث الصحيح: "إذا رأت الماء" أي المني.



الدورة الشهرية :

هي كلمة تشير إلى الحيض عند المرأة.والمرأة تحيض عموما مرة كل ٢٨ يوما لمدة بضعة أيام (أسبوع أو أقل)، ويتهيأ الرحم خلال الطهر لاحتضان جنين بإنشاء بطانة من الدم ومن السوائل الأخرى التي تفيد في تكوين الراحة له.فإذا لم يتم تلقيح بويضة الأنثى عن طريق الحيوان المنوي للرجل خلال الشهر،تمزقت البطانة واندفع الدم والسوائل خارج جسم المرأة بالطريقة المتيسرة عن طريق الدورة الشهرية.

لها أحكام شرعية مهمة منها:

- لا تزيد أيامها عن ١٥ يومًا.
- لا تجب فيها الصلاة ولا تقضيها بعد الطهارة.
- يحرم صوم أيامها وتقضيها إذا كانت في رمضان.
- أقل أيامها يوم وليلة.
- القصة البيضاء أو الجفاف يوم وليلة علامة الطهر منها.
- يجب الاغتسال بعدها.
- لا تجوز العلاقة الحميمية بين الزوجين إلا بعد الاغتسال.
- لا بأس بالاستمتاع بين الزوجين أثناء الدورة الشهرية فيما دون الفرج.



الزوجة الخائنة:

لاشك أن السبب في استمرار الزواج هو إخلاص الطرفين، لأنه أكثر شيء يشعر بالأمان والسكينة ولكن في حالة ما إذا وجدت نفسك فريسة في يوم من الأيام لنزوة وتغلبت عليها فلا تسرعي إلى زوجك لتعترفي فورًا بدافع الأمانة. يكفي شعورك بالندم لأن هذا الاعتراف سيولد الشك في قلبه رغم حبك الحقيقي له وسيكون بمثابة السم البطيء الذي ينتهي دائمًا بموت العلاقة فنصيحتنا لك لا تخبري زوجك بماضيك!



الخطأ الكبير:

إن ميل الزوج إلى العلاقة الحميمية مع زوجته حاجة بشرية نفسية، وعبادة ربانية ينبغي أن تؤدى بإتقان يرضي النفس والطرف الآخر، وإن لم تكن كذلك فإن الرغبات النفسية لا تشبع ولا تموت، بل تظل داخل النفس حية متوقدة تنتظر الفرج.. ولهذا قليلًا ما يتصارح الزوجان في هذا الموضوع، إذا كره أحدهما من الآخر تصرفًا ما يصبر حياءً على مضض، ثم يفاجأ بعد سنين بالانفجار أو بالبرود الحميمي، وهذا هو الخطأ الكبير.



خريف الحب وربيعه:

الحب خريف الزوج وربيع الزوجة، فالحب يستأذن المرأة لدخول قلبها، أما الرجل فإنه يدخله مسرعًا. كيف لا والرجال يحبون قليلًا وغالبًا، والنساء يحببن كثيرًا ونادرًا. الأزواج يقولون: العلم قوة، والنساء يقلن: الجمال سلطان. الرجال تبهمهن النساء، ولكن النساء لا يفهمهن إلا النساء. والرجال هم السبب في عدم حب النساء للرجال وخاصة المتزوجين.





إلا هذا..!!

كتمان المشاعر، وفي مقدمتها مشاعر الحب، الحب الذي قد لا تستطيع الزوجة أن تعبر عنه لزوجها في ساعات النهار وأمام الأبناء ووسط زحمة العمل فتكون غرفة النوم هي المكان الأنسب للبوح بهذه المشاعر والكشف عنها حتى ولو كان هذا الحب قليلًا أو ضعيفًا فإن إظهاره ومحاولة تكبيره في عين الزوج أمر مهم ونافع: مهم في كونه يزيد في ارتباط الزوجين، ونافع في إشاعة أجواء تحتاجها المعاشرة الحميمية لتكون ناجحة.



تصبح على خير كل ليلة:

تصبح على خير جملة جميلة يرددها الأزواج السعداء كل ليلة ليختموا بها يومهم. وقول ذلك، بغض النظر عن شعور أحد الطرفين تجاه الآخر نتيجة حدوث سوء تفاهم أو خلاف ما، في نهاية اليوم له معنى كبير هو: حبنا أكبر من أي خلاف يحدث بيننا.

❋ ❋ ❋ ❋



(أحبك):

كيف تقولين لزوجك أحبك بدون كلام ؟! ليس الإعـراب عن الحب بين الزوجين بالكلمات فقط! وإنما هناك أيضًا وسائل عملية وتصرفات ملموسة وإيحاءات ذات معنى كبير تجعل الطرف الآخر يشعر بحبنا العميق حتى وإن لم نعرب عن مشاعرنا العاطفية بكلمات صريحة.

إن الإعراب عن الحب بدون كلام أمر ميسور، وهو أكثر واقعية وتأثيرًا من الكلمات المنمقة والعبارات الرنانة! وهذه بعض اللفتات الجميلة واللمسات الحلوة:

- عيناه: النظر هو أهم الطرق التي تصل للقلب، فعن طريقها تبدأ نفس الرجل بالانجذاب نحو المرأة أو ينفر عنها، لذلك تجد أن من وصايا نساء العرب سابقًا هي (الانتباه لمواقع نظر الرجل، وألا تقع عيناه على شيء قبيح)، فالزوجة الذكية هي التي تحسن استخدام أسلحتها الأنثوية وتبسطها فتصلح هندامها ببراعة وفن وتختار الألوان الجذابة وتصفف شعرها وتعتني بنفسها بأسلوب يعجب الزوج ويجذبه دائمًا إليها.

❋ ❋ ❋ ❋



الغيرة:

ما أشقى المرأة الغيورة! وما أتعس حياتها!

كثيرة الشكوك، شديدة الغيرة، فإذا خرج زوجها، أو ضرب موعدًا، أو تكلم في الهاتف، أو حرر رسالة، أو أطرق مفكرًا، أو بدا منشرحًا، أو أرسل ابتسامة، أيقنت أن هناك امرأة في حياته فوقعت في الغيرة. وأشرف الناس وأعلاهم همة، أشدهم غيرة فالمؤمن الذي يغار في محل الغيرة، قد وافق ربه في صفة من صفاته، ومن وافقه في صفة منها كانت تلك الصفة محمودة.



كل شيء له ثمن:

نسمع كثيرًا أن فلانة أعطاها زوجها كذا، وفلانة أهداها زوجها كذا، والثالثة زوجها سافر بها، ومن حرمت من تلك الأمور التي سمعتها تظل تتحسر على حياتها التي ذهبت هدرًا وعمرها الذي لم تتهن به وحظها التعس الذي ألقى بها مع هذا الزوج!

اسمعي هذه القاعدة وافهميها جيدًا، كل شيء له ثمن. هل تظنين أن تلك الزوجة حصلت على هذه الأشياء دون أن تعطي زوجها ما يحب؟!، أو تنازلت كثيرًا عما تحب؟ هي من أجله هو لكن بطرق دبلوماسية.



أزواج مظلومون:

الحياة ليست زوجة تشتكي وتئن، وإنما هناك أزواج صالحون حملوا فوق أكتافهم أطنانًا من الكبت تراكمت على مدى سنوات من الزواج فأصيبوا بحالة اضطهادية مزمنة أدت بهم إلى مراهقة مزمنة جعلتهم يرددون بكل حسرة: اللهم ريحني من زوجتي! وأعتذر عن بشاعة الصورة. ولكن الحقيقة التي غفلت عنها الكثير من الزوجات أن هناك أزواجًا ظلموا في قفص الاتهام، وأزواجًا يعانون الوحدة، وتطحنهم رحى الغربة مع أنهم يعيشون مع زوجاتهم تحت سقف واحد.



الزوجة المتمردة:

زوجة لا ترضى بمعيشتها، وهي دائمًا في حالة تذمر وشكوى من كل شيء، ليست قانعة بما لديها ودائمًا تريد المزيد، وهي بذلك تضغط على زوجها حتى ينفذ لها رغباتها وطلباتها هي نوع من الزوجات المدمرة لأنها تبحث عن نفسها وسعادتها فقط ولا تحافظ على زوجها أو بيتها وكثيرًا ما تنتهي هذا الزوج بالطلاق أو بمشاكل مالية ضخمة ليس للزوج فقط ولكن لها هي أيضًا.



أفضل الزوجات:

الغامضة مستودع أمين، يفضلها الرجل لأنها تخبئ ما تشعر به ولا تدلي بأي معلومات عن نفسها أو عن الآخرين فينجذب نحوها لأنه يجدها موضع ثقة وأكثر تأثيرًا على الآخرين ويرى فيها مستودعًا أمينًا لأسراره ومشاكله لأنها ستحتفظ بها لنفسها بعكس المرأة كثيرة الكلام التي يصمت أمامها الرجل ويتهرب منها ؛ مخافة أن تفشي أسراره أمام الآخرين.



الزوجة الطفلة:

تكون على علاقة شديدة بأمها ومرتبطة بها دائمًا وتعتمد عليها في كل شيء، تتصف بالخجل وعدم تحمل المسؤولية، وغالبًا ما تكون أمها هي المتحكمة والمسيطرة في المنزل كله فتلجأ إليها الابنة في كل شيء وهي بذلك لا تصلح زوجة، بل لا تصلح أمًّا لأبنائها ؛ لأنهم سينشؤون أطفالًا فاقدي الثقة بأنفسهم معدومي الشخصية.

❊ ❊ ❊ ❊



الزوجة الصامتة:

المرأة التي تستمع أكثر مما تتكلم وتجيد فن الصمت والرد بكلمات مقتضبة ومتقنة هي التي تثير انتباه الرجل ويجذبه غموضها ويحاول التقرب منها لفك غموضها واكتشاف أسرارها.



الزوجة الغائبة:

غالبًا ما تكون هي الزوجة العاملة، فلابد أن توازن الزوجة بين عملها وزوجها وأطفالها وبيتها فلا تحرمهم منها بحجة العمل فيفقد بذلك زوجها الإحساس بقربها منه ومشاركته في جميع نواحي حياته واهتماماته مما يؤدي إلى وجود هوّة ومشاكل بينهما...



الموسوسة:

تتصور عن زوجها أسوأ الأشياء، فعندما ترتفع درجة حرارة زوجها تعتقد أنه أصيب بالحمى وعندما يتأخر في عمله فقد أصيب بحادث فهي بذلك تطارده بالوسواس والخيالات.



الزوجة المتملكة:

هي الزوجة التي تتسم بحب التملك الزائد والسيطرة، وهي تريد من زوجها الحب كله والخضوع والاستسلام لها فقط، وتغضب إذا رأت زوجها يهتم بأحد آخر أو يحب إنسانًا آخر غيرها، فهي بذلك تقضي على شخصية زوجها وتسبب له المشاكل وتجعله يكره الحياة الزوجية، وهذا لا يعتبر حبًّا وحنانًا بل هو تملك وسيطرة، فهذه الزوجة لا يطيقها زوجها بل يتمنى موتها والخلاص منها.



كوني زوجته الثانية قبل أن يأتي بها؟

أنتِ تخافين من مجرد ذكر اسم الزوجة الثانية فما بالك لو دخلت عليك؟ انتبهي لزوجك وخاصة عندما يذكرها ولا تكوني جاهلة مثل غيرك بحيث تجادلينه وتتمنين عليه بقولك له: أنا ما في مثلي! واحمد ربك أنك أخذت زوجة مثلي!

غلط غلط! كان يجب عليك أن تكوني ذكية أكثر وتكوني متربعة على عرش قلبه لوحدك.



تصرفي من قناعة:

يحب الزوج المرأة التي تنبع تصرفاتها من قناعاتها ليس لأجل إرضائه فقط خاصة في الأمور الأساسية من العناية بالنفس وتنظيم البيت والحرص على الميزانية وتربية الأولاد بكل هذه الأمور سيحترمك زوجك، ويزيد تعلقه بك إن رأى أنك تهتمين بها من داخلك أنت ليس إرضاء له فقط. فكوني كل شيء له حتى يسألك عن حاجاته الشخصية ويجد عندك إجابتها ولو كانت مفتاح السيارة أو شاحن الجوال.



متى يبتعد الزوج عن ممارسة العلاقة الحميمية؟

عند الانشغال الذهني والنفسي الشديد بأمور مصيرية كعمل أو صفقة أو تجارة أو بيت أو غير مصيرية كمشاكل مع الأهل أو الأصدقاء أو حتى مشاكل معك أنت، فكوني له زوجة يعتمد عليها فيحس بمكانتك ولا تصري على الوصول لمرادك في ليلة وضحاها بل اتركي الزوج على راحته، وأشعريه بالأمان واستمعي له، وكوني بكامل نظافتك وزينتك ولا تفاتحيه في موضوع العلاقة أو رغبتك بأي شكل سواء تلميحًا أو تصريحًا.



المنتقدة للنساء الأخريات:

هل تصدقن أيتها النساء، بأن الرجل ينتبه بالفعل إلى أسلوب تشويه صورة النساء الأخريات ويكره هذه الصفة فيك؟! فهو يعتقد أنك واثقة من نفسك، ولا يهمك الحديث عن النساء الأخريات، ولكن من وجهة نظر امرأة لا أعتقد أن الرجال يجب أن يكونوا منزعجين فهم أيضًا لا يضيقون بحديثنا عن أي رجل سواء كان مذيعًا أم بائع الأحذية أم مزارعًا. لكن ترك ذلك أفضل لك.



الشعور بالاحتياج:

بعض النساء يشعرن بحالة جدية من عدم الشعور بالأمان، إما بسبب حدث في حياتهن، وإما بسبب نقطة ضعف لديهن. ولكن الرجل لا يحب الزوجة التي تأتي باكية شاكية تطلب الدعم العاطفي بشكل مستمر. لذا إذا كنت تعتقدين أنه أسلوب نافع في التقرب من الرجل ففكري مرة أخرى! فأنت مخطئة.

* * * *



غزو الفضاء الشخصي:

تملك النساء تصرفًا لا إراديًا بالفطرة، يجعلهن يرغبن في تعديل وإعادة ترتيب، وتنظيم شكل الرجل وحياته، وخزانة ثيابه وأوقات فراغه، وأصدقائه، وهذا الأمر يخنق الرجل ويجعله يشعر بأنه مقيد في منزله. فتوقفي! ربما يكون زوجك من النوع الانعزالي ذي الشخصية الاستقلالية. هذا النوع يحب الاختلاء قليلًا بنفسه، فانتبهي.



الزوجة الموظفة:

يقال: إن الرجل هذه الأيام يرغب في الزواج بموظفة، ولا يعبأ بجمالها وشكلها بقدر ما يهتم بوظيفتها، والسبب أن الحياة أصبحت صعبة هذه الأيام والرجل لا يمكنه تحمل مصاريف الأسرة بمفرده، ولا بد للزوجة أن تشاركه حياته، وأولها أن تسانده ماديًّا وأن تكون يده اليمنى في الإنفاق، فإذا لم تكن موظفة فلن تستطيع أن تساعده، لذلك صار الرجل اليوم يشترط الزوجة الموظفة ولو كانت ثانية.

❋ ❋ ❋ ❋



هموم زوجة:

للأسف بقدر الدفع يكون الحب! تتمنى كل زوجة أن تنال محبة زوجها، وأن تكون بالنسبة إليه الماء والهواء، فتتفانى من أجل إسعاده وتحقيق رغباته ومطالبه، وتكون اليد اليمنى له، تقف معه في الضراء قبل السراء فيتعود الزوج على الأخذ وينسى العطاء، وتتحول مساعدتها له ومساندتها من فضل إلى واجب. وإذا رفعت يدها ماديًّا ينشب الخلاف بينها وبينه، ويتحول الحمل الوديع إلى وحش كاسر، فبقدر الدفع يكون الحب!



العاطفيات:

تبكي النساء لرؤية مشهد عاطفي، وعندما يكسر ظفرها، أو عندما لا تعجبها قصة شعرها، والأسوأ من هذا أنها تتوقع من الرجل أن يغير كل شيء بحركة واحدة وكأنه ساحر. بالطبع يحب الرجل المرأة العاطفية ولكنه لا يحب سيل الدموع المنهمر ؛ لأنه ببساطة غير مبرمج على التعامل مع هذه المواقف، دعي دموعك جانبًا وتحدثي معه عمّا يضايقك، وستجدين حلا للمشكلة فلا تكوني سلبية وأنانية.



العطاء

زوجة بدون عطاء لا تعني شيئًا. هل سألتِ نفسك يوما: لماذا يتزوج الرجل؟ في كل زمان ومكان في كل ملة ونحلة. بعض الرجال في أرجاء الأرض وفي صفحات الزمان كان لا يهمهم كثيرًا الطريق الشرعي لإشباع الغريزة ولكنهم بحثوا عن الزوجة لمعنى أكبر من ذلك. إنه البحث عن حنان الأم ورعايتها الذي يظل الرجل حائرًا يبحث عنه دائمًا، يشعر أنه تائه مخنوق وربما خائف في أعماقه حتى يجده عند زوجته الغالية.



جرأة:

من أسمى جوانب العطاء التسامح فهو عطاء الغفران ومنح العفو فالأم تسامح ولدها ربما تحزن أو تتضايق لكنها أبدًا لا يغلق قلبها دونه عنده دائما فرصة للرجوع.. مهما فعل وفي قلبها متسع له مهما ضايقها فانظري كيف تملك المرأة سعادتها بالتسامح ثم هي تعاند وتغضب لأتفه الأمور وأقل المشكلات ثم تقول زوجي ليس رومانسيًّا هو لا يفهمني ولا يحبني! بل أنت التي ألقيتِ بالرومانسية في البحر وهدمت صرح الحب جرأة... نعم هدمت صرح الحب الذي بحث عنه فيكِ وتزوجك من أجله بأن كنتِ له بالمرصاد تتبعين

عوراته.. تحاولين كشف سوءاته وأخطائه.. تشعرينه بنديتك.. ثم تغضبين لأنه يكرهك وكيف لا يفعل وقد صدمتيه أكبر صدمة.. تزوجك باحثًا عن عطائك وحنانك فقابلتيه بنديتك وتحطيمك... اتفقنا على الصراحة فلا تغضبي مني.



رومانسية الطفولة:

تصور الرومانسية الطفولية الوهمية للزوجة أن على زوجها العودة من العمل حاملًا وردة ومسبلًا عينيه ليبدأ في السؤال عن أخبارها وكيف أنه افتقدها بشكل جعله ينسى اسمه!!

وطبعًا الواقع ينفخ في هذا الرماد فتصطدم الزوجة بزوج متعب زاهد ربما عصبي أو صامت يريد الخروج إلى أصحابه، لا يعبر لها عن حب أو اشتياق بالطبع. أما الرومانسية الزوجية الحقيقية البناءة فهي تعلم المرأة أن صناعة المودة والحب صناعة نسائية.



صناعة الرومانسية:

نعم وراءك الكثير من المشاغل وتحتاجين أنت الأخرى لمن يسألك عن أحوالك ويسليك ويخفف عنك، ولكن المرأة مرتاحة في بيتها لا تعاني من الضغوط التي يعانيها الرجل حتى وإن كانت تعمل فهي غير مسؤولة، ثم إن الله تعالى أمدها بقدرة على التحمل مع زوجها

ومع أبنائها لتؤدي مهمتها الأساسية: تحقيق السكن لزوجها. وهي الوحيدة القادرة على صناعة الرومانسية الصادقة.



المرح:

ليس أجمل في حياة الرجل من زوجة.. مرحة مبتسمة.. بشوشة.. المرح لا يعني "الهبل" فقط!! إنه يعني البشاشة "تبسمك في وجه أخيك صدقة " هذا لأخت الإسلام في كل مكان فكيف لزوجك الذي هو أحق الناس بحسن صحابتك؟ إنه يعني عدم التدقيق والوقوف عند كل صغيرة وكبيرة فهذا هو تعريف النكد وإذا دخل النكد من الباب هربت الرومانسية من الشباك!!



أرسليها إلى زوجك الغالي:

إلى من اخترته من بين الناس كي أكون معه .. إلى من خفق قلبي ورقصت كلماتي عند ذكر اسمه .. إلى من زرع حبه بصدري إلى زوجي الغالي رجوت الواحد الرحمن أن أظل لك مدى الأزمان ولا يشاركني بك أي إنسان وأن أهتف وأردد اسمك في كل مكان أحبك يا أروع إنسان محبتك!.. زوجتك.



أسراره:

رغم أن الزواج علاقة يفترض أن تقوم على المكاشفة التامة بين الطرفين،إلا أن الواقع الحياتي لهذه المؤسسة الاجتماعية يحكي غير ذلك،إذ تظل هناك لأحد الطرفين أسراره،التي يودعها غرفة مغلقة،يحظر على الطرف الآخر الدخول إليها أو الاقتراب منها،وبما أن الرجل هو مدير هذه المؤسسة،وهو الطرف الأقوى فيها فإنه صاحب غرفة الأسرار مفتاحها في يده ولا يحق لأحد غيره الدخول .. حتى الزوجة.

قد لا ترقى أسرار الزوج إلى زعزعة أعمدة حياتهما المشتركة ولا إلى الخيانة بالضرورة ولكنها غالبًا ما تتعلق بالأمور المادية، أو صداقات غير مرضي عنها أو علاقات في الخفاء مع الأقارب،أو معونات إلى الأهل تقدم تحت الطاولة. هنا نحاول أن ندخل غرفة أسرار الزوج لكن بحذر! مع أن هناك أسرارًا عند الزوجة تخفيها ولو كشفتها لزوجها فربما دمَّرت بيتها وأكثر هذه الأسرار تخص المالية.



مخزون الحنان:

إذا كانت الزوجة ناضبة الحنان، قاسية الفؤاد، قوية الشعور بمآربها، بليدة الإحساس بمطالب غيرها فخير لها أن تظل وحيدة، فلن تصلح ربة بيت. إن الزوج قد يمرض، وقد

تبرح به العلّة فتضيق به الممرضة المستأجرة. المفروض أن تكون زوجته أصبر من غيرها وأظهر بشاشة وأملًا ودعاء له ولن نفهم أطراف هذه القضية إلا إذا علمنا بأن البيوت تبنى على الحب المتبادل، "هن لباس لكم وأنتم لباس لهن".



هل المرأة أكثر حميمية أم الرجل؟

سؤال صعب أحتاج إلى أبحاث كثيرة ومجهدة للوصول إلى إجابة عنه، عشرات وعشرات من علماء النفس حاولوا الوصول إلى شاطئ اليقين، ولكن أمواج الشك ما تزال حتى الآن تغمر الجميع وترفض أن تبوح إلا ببعض الأصداف والرمال وقد توصلت دراسات كثيرة إلى أن النساء عمومًا أكثر قدرة على المكاشفة من الرجال.



الخجل أول مسمار في نعش الحميمية:

فهو الذي يجعل المحب منعزلًا في برجه العاجي الضيق، متجنبًا التفاعل الاجتماعي. فهو في منطقة عسكرية مغلقة، مغروس فيها لافتة: "ممنوع الاقتراب والتصوير" والتناقض الفظيع الذي لا يستطيع حله الخجول هو أنه يتحرق شوقًا للعلاقات الحميمة، ولكنه لا يستطيع أن يأخذ المبادرة أو يتحمل المخاطرة، أو يتغلب على هذا الوحش الداخلي الرقيق والمهذب!، إنه يريد أن يحب بالريموت كنترول.



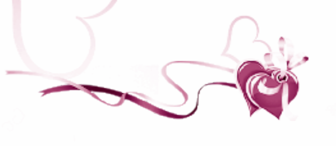
عطرك:

إن كانت لديك مجموعة من العطور فخصصي منها واحدًا، لا تضيعيه أبدًا أبدًا إلا وقت العلاقة فقط. ضعي هذا العطر سترسخ رائحته في عقل زوجك الباطن وكلما اشتم رائحة ذلك العطر سيسترجع عقله الباطن الأوقات التي اشتم فيها هذا العطر ألا وهي أوقات العلاقة الحميمية، فتظهر رغبته بطريقة تلقائية بل حتى أثره عليك سيكون واضحًا وأنك تشتاقين لزوجك فقرري من الآن اختيار عطرك الحميمي!.



المرأة:

المرأة رقيقة المشاعر ومرهفة الإحساس جامعة الحب والحنان تمر بلحظات ضعف واحتياج للغير حنونة تتقلبها العواطف وتؤثر في كيانها تعاريج، فدمعة تنثرها وجنتا تلك المرأة لا تتصورها زيف أو تمثيل.. بل هي نقية أصدق من وضوح الشمس وأشد حرارة من إشعاعاتها إن لم تجد مقرًا لها على حنايا رجل عطوف وفي يستقبل دموعها ويواسيها ويتلقى شكواها ويخفف عنها بكاها.



لذة مفقودة:

لذة العلاقة الزوجية في الحب المتبادل والعطاء الدائم والمصارحة بين الزوجين والأريحية وتعزيز الإيجابيات بالثناء والتقدير، وبدون الحب تفقد العلاقة الحميمية لذتها ونشوتها وتصبح مع مرور الوقت شيئًا مهمشًا مما يؤدي إلى هضم حلاوة هذه الغريزة والزوجة الذكية هي التي تستخدم طريقة "التلميذة" فبها فقط تكون حياتها أفضل من حياة جميلات كثيرات يعشن الإحباط.



جمال يدوم:

الجمال الذي يدوم ولا يبلى هو جمال الروح التي أحبها زوجها وتمسك بها وليس يرى في الوجود أجمل منها.فكم من زوجة عادية وليست جميلة ومع ذلك زوجها طاير فيها! وكم من زوجة ملكة جمال لكنها والجدار واحد عند زوجها! وآسف لصراحتي! لكن دعونا نعظم الحب في نفوسنا، فهو بعون الله سيجعل حياتنا أجمل.

❋ ❋ ❋ ❋



خزنة الزوج:

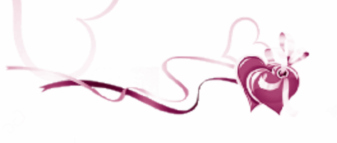
الرجال يبحثون عن زوجة يثقون بها. لذا أظهري ولائك ليس فقط بواسطة الكلام، ولكن بالفعل أيضًا. فعندما تلتزمين في علاقة يجب أن تظهري محبتك ودعمك للشريك أمامه وأمام الزملاء والأصدقاء وأن تدافعي عنه عند الضرورة خاصة عند أهله وأهلك. هذا الولاء سيجعل الرجل يشعر بالأمان أكثر وسيعطيه الحافز للسماح لنفسه بالانطلاق أكثر في العلاقة الحميمة معك.



السكوت من ذهب:

مقولة يكررها كثيرون لكن لو أدركت المرأة قيمتها ومعناها لتسلحت بها في كل تصرفاتها وتعاملاتها مع الآخرين وأحرزت نجاحًا ووطدت ثقة واحتراما بينها وبين الطرف الآخر. هذا ما كشفته الدراسة، فاعتمدي الصمت الفعال .. أي أن تكتفي بالتعبير عن غضبك واستيائك بنظرات حادة وثاقبة من عينيك فقط، عندها سيترجم الآخرون صمتك على أنه ثقة زائدة في النفس وقوة غامضة تجعلهم يحارون في رد فعلك.

****



لكي لا تندمي:

الصمت مرتبط بالحذر وكلاهما وسيلة قوية تساعد على النجاح في الحياة عامة ومع شريك العمر خاصة، بمعنى أنه عندما تكون المرأة حذرة في كل كلمة تقولها للآخرين تكسب احترامها لنفسها واحترامهم لها، والمرأة التي تطبق أسلوب الصمت عندما تغضب إنما تفكر مليًّا قبل حصول ردة فعلها المفاجئة، وهكذا تتحكم في نفسها وتركز أكثر في الحبكة المنطقية لمحور النقاش مع الطرف الآخر.



يبوح بأسراره:

إن صمت المرأة يضع الطرف الآخر في موقف دفاعي فعندما يصمت الرجل مثلًا تقلق المرأة، ولكي تخرجه عن صمته تبدأ برمي الأحاديث واحدًا تلو الآخر فتخرج كل ما لديها من أسرار أمامه وهكذا على المرأة أن تعتمد الصمت كما الرجل ؛ لكي تضعه في موقف دفاعي فيضطر للكلام وإخراج كل ما لديه.

* * * *



أكثر ذكاء:

الصمت يضفي على المرأة هالة من النفوذ ويجعلها في نظر زوجها أكثر ذكاء وأعمق تفكيرًا، فعندما يعود الرجل من عمله متعبًا ويكون سريع الاستثارة أو الغضب عليها أن تتجاهله وتصمت ؛ لكي تتحكم هي في الموقف بدلًا منه، فهو سيحاول أن يخفف من غضبه؛ ليحقق التوازن بين شخصيته وشخصيتها، وفي الوقت نفسه يتأثر بأسلوب تعاملها مع غضبه فيقدر لها ذكاءها ويحترم موقفها وينجذب نحوها ويعتبرها إنسانة جديرة بالاهتمام.



المرأة تبكي على أقل شيء:

تبكي لأن عواطفها جياشة ولا تستطيع أن تعبر عما في قلبها فتنزل الدموع الصادقة وتقول بدلا عن اللسان كل ما في قلبها من مشاعر، فهذه الدموع هي الدموع الباردة الجميلة التي لا أحد يقول للمرأة: قفي لا تبكي! بل ينظرون إليها وهي تبكي ولا يسألون عنها؛ لأن الأمر عادي جدًّا.



دموع المرأة باردة وكاذبة:

تكون دموع المرأة باردة وكاذبة عندما تستغل دموعها سريعة النزول والإمطار على الخدود، عندما تستغلها لحاجة معينة أو أن تظلم أحدًا، وعند الذهاب للقاضي تبكي. والرجل مهما بلغت قوته لا يحتمل بكاء المرأة ويتعاطف معها رغم أنها دموع كاذبة. هذا نموذج للدموع الباردة ولكن ليس صحيحًا أن دموع المرأة باردة دائمًا، فقد تكون أحيانًا أشد من الجمر وتكون ذات حرقة في الصدر وخاصة من الكلام الجارح.



دموع المرأة المحبوسة:

المرأة إذا ضربها زوجها مثلًا وبكت يكون بكاؤها أخف منه إذا جرحت مشاعرها بكلمة، فبمجرد نطقك بكلمة تجرح مشاعرها فتتلفظ عليها بألفاظ قاسية تحسسها أنها وضيعة تافهة قبيحة لا تعرف أن تعمل شيئًا! أو تجرحها في شرفها بكلام قاسٍ. وقتها ركز نظرك مباشرة على عين المرأة فستجد الدموع المحبوسة في العيون من قسوة قولك عليها. يا للّه! كم هي قوية! كيف تتحمل هذه العبارة وتحبس دموعها؟!



دموع المرأة الحارقة:

تريد أن تبكي وفي نفس الوقت لا تريدك أن ترى دموعها لا تريدك أن تفرح بأنك نجحت في جرح مشاعرها فترى دموعها مغرورقة في عينيها وتبدأ تسيل بشكل بطيء على الخدين، فهذه الدموع حارقة جدا تتألم منها المرأة كثيرًا وتؤثر على نفسيتها وتحرق أعصابها وتلهب عواطفها حتى تطغى العاطفة على العقل وتكون دموعها حارقة عندما تفقد الأم ابنها أو ابنتها فيكون بكاؤها أقوى ألف مرة من بكاء الرجل.



الزوجة والرجل الغامض:

فالرجل دائمًا ما يسأل نفسه: ماذا تريد المرأة؟

فهذا هو السؤال الذي يؤرق الجميع منذ الأزل ولكن هناك رجل أو زوج لا تستطيع المرأة أن تقاومه، ولا يختلف اثنان على أن المرأة تضعف أمامه لتعلن حبها وتملكه على قلبها. وقد تعجبون! إنه الرجل الغامض الذي لا تستطيع المرأة أن تعرف أفكاره وتفهم مخططاته، وهي بذلك تكره الزوج المتسلط الواضح وتمل منه.



الرصيد البنكي بين الزوجة والزوج:

كوني منطقية في طلباتك! فلا تكوني تلك المرأة التي لا تريد إلا الزوج، وإذا حصلت عليه أرادت كل شيء. وإنني أحذرك من أن ترهقي زوجك بتكاليف مادية لا يطيقها فيبقى أبد الدهر (جوازه) مرهونًا لدى البنوك. إن المرأة العاقلة تتزوج الرجل ولا تتزوج المال أو المظاهر مثل السيارة الفاخرة أو جولات في أوروبا كل عام. وقد قيل: إن الفتاة العاقلة هي التي تتزوج رجلًا: بلا رصيد .. بدلًا من أن تتزوج رصيدًا بلا رجل.



رفع الصوت:

لا ترفعي صوتك في وجه زوجك فذلك أكره ما يكون لنفس الزوج، ولا تكثري ولا تلحي على الطلبات التي فوق قدرته، ولا يكن حبك للمال إنما يجب أن تقفي بجانبه في المواقف الصعبة والظروف الحرجة، واعتبري من قول رسول الله لزوجه عائشة رضي الله عنها حين قال لها: " يا عائشة، إذا أردت اللحوق بي فليكفك من الدنيا كزاد الراكب، وإياك ومجالسة الأغنياء، ولا تستخلعي ثوبًا حتى ترقعيه " فكوني بارك الله فيك صابرة راضية.

❋ ❋ ❋ ❋



ما فائدتكِ كزوجة؟

إذا كان زوجكِ لا يأكل من طبخ يديكِ، ويذهب ويشتري الأكل من المطعم، ولا يغسل ملابسه إلا في المغسلة. إذًا ما فائدتكِ كزوجة؟!

الزوج يتحمل ضغوط الحياة ومصاريفها وهموم إعاشة الزوجة ورعايتها وتولي شؤون البيت، ورأسه مليء بالمشاغل والضغوط قاسي لا يرحم، ومن الطبيعي أن يكون عصبيًّا، وينبغي للزوجة أن تهدئه وتصبر عليه إلى أن يهدأ أو تسمعه كلامًا جميل إذا غضب وتكون حنونة معه ؛ لتنسيه كل معاناته ومشاكله حتى تكون فعلًا زوجة، ولكن إذا لم تصبري عليه حتى يهدأ وتسمعيه كلامًا جميلًا يهدئه. فما فائدتك كزوجة؟!



زوجة .. وزوجة :

وردة جميلة في منظرها ساحرة في لونها أخّاذة في عطرها تشد زوجها إليها في صمت تأخذ بلباب عقله في حياء لحظاته معها هي الأجمل.. يتمنى بشغف دوام وردته ؛ لتدوم هذه النظرة وتستمر هذه السعادة... لكن.. بعض الأزواج لديه زوجة مليحة جميلة وضيئة، خفيفة رشيقة لكنها خاوية المشاعر جامدة العواطف غليظة الكلام عصبية بغيضة لا تفهم لغة القلوب ولا تفقه عالم الوجدان.



نصيحة مطلَّقة:

طلقني ثلاثًا وبدون رجعة لأني كثيرًا ما أكرر على مسمعه عبارة الأمر (افعل) والنهي (لا تفعل)!، وبصراحة الرجال يميلون إلى الإنجاز والمبادرة بينما نحن النساء نحب البحث والتدقيق. نصيحتي الخاصة لك: كوني له مصدرًا للحنان والحب لا تفشي له سرًا ولا تهتكي له سترًا ولا تظهري له عيبًا!.



لا تضعيه في موقف الاعتذار!

الزوجة العاقلة لا تنتظر من زوجها كلمة آسف أو أعتذر عما حصل، بل الذكية من الزوجات.. لا تضع زوجها في هذا الموضع إلا إذا جاءت منه وحده ولشيء يحتاج اعتذارًا فعلًا وهذا قليل.



ثقافة زوجية صحيحة:

عندما تفهم الزوجة معنى الزواج.. وتتعلم كيف تتعايش معه..تتغير حياتها وتصبح الأمور أسهل.. فعندما نفهم بناتنا أن الزوج هو إضافة رائعة لحياتها السابقة وليست نقلة من حياة إلى حياة!!فنحن نجنبهن الكثير من الألم والمشاكل.



هل أخبره بكل أسراري؟

تتساءل بعض الزوجات: هل من الحب والإخلاص لزوجي أن أخبره بكل شيء عني وعن حياتي؟ هل أخبره بكل أسراري؟ بكل ما أعرفه؟

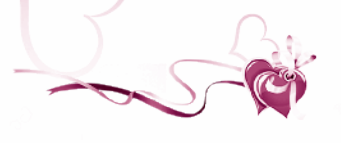
سؤال مهم جدًا.. لأنه مرتبط بالكثير من المشكلات فيما بعد.. والحقيقة.. هي.. لا! لا تخبريه بكل شيء.. مهما كان حبك له وصدقك معه.. فاللّه سبحانه وتعالى لم يحل الكذب إلا في ثلاثة مواضع ومنها: بين الزوج وزوجته في بعض الأمور.



توقفي وفكري:

هل حياتي تتوقف على هذا الزوج إذا اعتنى بي سعدت وإذا أهملني شقيت؟ انظري حولك! لديك من معطيات الحياة ما يجلب السعادة والراحة ولكن انشغالك بزوجك أعماك عنها لديك أبناء ضحكاتهم مصدر سعادة ولديك أهل وأخوات يحبونك.

أوقفي سيلان عاطفتك نحوه ووجهيها نحوك وعائلتك. ابحثي عن الراحة والسعادة بعيدًا عنه. أنا هنا لا أتحدث عن حلول لظلم ولكن عن الاستقلال العاطفي وكيف أنه يجنّبك الكثير من الألم بفراقه.



صوتك:

صوت المرأة وروعة إيقاعه وقدرتها على الحديث من أهم العوامل التي تؤثر بشكل كبير في مشاعر الرجل. فالمرأة التي تنتقي كلماتها وتعرف متى تتكلم ومتى تصمت وتعلم مواطن الضحك والتهكم وغيرها من الأصوات هي المرأة التي تملك ثاني أهم العوامل في جذب اهتمام الرجل وتوثيق علاقات الألفة والمودة والتجاوب.



الشم:

يلعب دورًا مهمًّا، فالرائحة الطيبة تقوي الجاذبية وعكسها يعدمها، وقد دل بحث علمي أن الشم ذو أثر محوري في علاقة الرجل بالمرأة، وأكثر الروائح التي تعجب الرجل هي الرائحة الطبيعية التي تفرزها الغدد الجلدية للمرأة وتلك الرائحة كانت تجذب الرجال وتأسرهم منذ العصور السحيقة وحتى اليوم.

❋ ❋ ❋ ❋



هل معين الحب ينضب؟

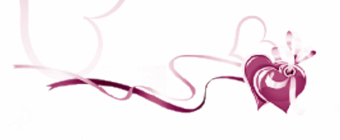
بالتأكيد لا! ولكن قد يتوارى خلف جدران الصمت. إن الحب يمتاز بتنوع روافده وتعدد ينابيعه وعمق منبعه؛ فإذا جف رافد من الروافد نستطيع أن نبعث فيه الحيوية مرة أخرى، فالكلمات والعواطف الجياشة تختفي والابتسامة تذبل حتى يأتيها ماء الحب فيبعث فيها الحياة من جديد فالحب بين الزوجين يعتريه فترات من الضعف.. وأحيانًا الجفاف الشديد، وبالتالي فهي بحاجة إلى ملكة البيت .. الزوجة الغالية..



الغيرة الزائدة:

بعض الزوجات تبدأ عندها الغيرة الزائدة على زوجها بمجرد إحساسها أنه ينوي الزواج أو أنه على علاقة بامرأة أخرى، أو كونه معددًا في الأصل، فتأخذ هذه الغيرة حيزًا كبيرًا من اهتمامها وتصبح شغلها الشاغل؛ مما يؤدي إلى إصابتها بالتوتر والقلق الذي يؤثر على تعاملها مع زوجها وأولادها ومسؤولياتها في بيتها، وبالتالي تفاقم حدة المشكلات وبداية تصدع جدار الحياة الزوجية.

****



الطلاق العاطفي:

زوجان جاذبتهما الحياة على أشرعتها وجمع اللّه بينهما وأنجبا ولكن طوفان المشاغل المهمة خطف حسن تدبيرهما وشتت مفهوم ترتيب الأولويات لديهما مما جعلهما يقعان فريسة سهلة للاختلاف فجفت المعاني ونخر الصدأ أيامهما ورحل الحب مع قطار الأيام تتسارع الأفئدة وتتهافت المشاعر حتى يقتصر اللقاء على لحظة بدون ميعاد والضحية الزوجة المسكينة.



غيري هذا الطبع ..!

لا أحب الزوجات اللاتي يجعلن حياتهن الزوجية صفحة مقروءة لكل الناس فهن يتحدثن عن مشاكلهن الزوجية مع كل من تقابلهن، وبعضهن حتى في غرف الانتظار في المستشفى تعرض شكواها على من هناك من النسوة فهن لا ينشرن مشكلاتهن ويشتكين لغرض إيجاد الحلول، إنما يشتكين لغرض الشكوى فقط! إن كنتِ من هذا النوع، فلابد من تغيير هذا الطبع السيئ والسيئ جدًا...



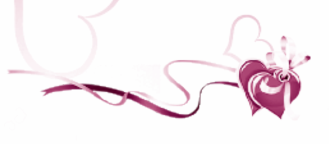
أنت مو رجال ..!

كثيرًا ما نسمع عن امرأة تردد على مسامع زوجها: أنت مو رجال وهذه العبارة وإن غفرها الزوج مبدئيًا؛ إلا أنها تظل عالقة في ذهنه.. تزداد لسعاتها كلما تفاقمت الأوضاع والأمور فيستدعيها وأحيانًا يكون تعليق خاطف وسريع للزوج على جسم زوجته، أو اختيارها في اللباس؛ فتختزن المرأة هذا في أرشيف النقد وقد تشعل هذه العبارة صراعًا زوجيًّا حامي الوطيس...!



أرض أرض جو:

السعادة الزوجية هي غاية كل امرأة، لكنها عندما تتعرض لمشاكل تشعر خلالها أن سعادتها الزوجية بدأت تتزلزل، فتلجأ لمن تُحسن الظن به؛ لإرشادها وتوجيهها فتبدأ الزوجة بتطبيق مبدأ: كوني له أرضًا يكن لك سماءً فتسرع في التفنن والإبداع، إلا أن أرضها التي ازدادت مساحتها لم تغطها سماء بالرغم من بذل جميع المحاولات ولسان حالها يقول: لقد أرسلت صواريخي: أرض أرض، فكانت في سمائه صواريخ باتريوت!!..



امرأة حديدية:

إذا قلت: إنها امرأة حديدية، فلا يعني هذا أنها قابلة للصدأ، أو أنها قابلة للثني أو الكسر إذا ما وضعت تحت النار! ولكن معنى وصفي لها أنها حديدية، أنها الصابرة الصامدة التي تضع الأمور في نصابها. لاقت صنوف العذاب من زوجها المصلي الصائم، لكنه بعيد عن شرع الله بروحه، فلم يعرف يومًا لماذا الذكر يرتبط بالأنثى؟ ولماذا ينجب الأولاد؟ وما معنى الأنثى في الشرع؟ وكيف يتعامل معها؟!



الزوجة الرقمية:

هي تلك الزوجة التي تشكلت أفكارها في الزمن الصعب وتخرجت من كلية جيل السرعة، أفكارها تتشكل بسرعة وتنحذف بسرعة تؤثر فيها صديقاتها، تغير من شكلها وهندامها دون تفكير أو قناعة أفعالها بالتالي تتم بسرعة قراراتها على عجل ومرادها لابد وأن يتم في أقصى مدة لا ترتبط بنظام أو جدول أعمال بل أوهام وإهمال ثقافتها كمبيوتر محمول عواطفها حسب ريموت كنترول زيُها ولباسها عصري متلون.



زوجة mp3:

إن كانت هناك الزوجة الصبور والزوجة الحنون والزوجة الحليمة والودود ففي عصر ما ستكون هناك الزوجة النتيجة والرقمية والديجيتالية والتقنية وأخيرا زوجة الـ mp3، عندها النقاش قائم على كلمة مباشر وصوت وصورة وألوان وأرقام، والسؤال الأهم والجدير بطرحه الآن ويحمل ذات أشجان: إن كان ذلك تفكيرها وثقافتها فكيف هو دينها؟ هل هناك خلوة؟أو وقت لطلب علم أو دعوة أو قراءة قرآن؟



حماتي غير!

الحماة... مصطلح يصوغه الإعلام (تحديدًا: الأفلام، والمسرحيات...) على أنه عدو لدود يتربص بنا الدوائر، لذا تجد كثيرًا من الزوجات تسن أسنانها ولسانها وتستجمع قواها لمواجهة حماتها فقررت ألا تستسلم لأم زوجها ولا تذعن لطلباتها، وأن تريها العين الحمراء وأن تعاملها بجفاف، وترد الكلمة الواحدة منها بعشر لإيقافها عند حدها!

❊ ❊ ❊ ❊



رسائل جوال:

مع نسمات الصباح الباردة وتحت دفء شمس الظهيرة وبرفقة لحظات الغروب وبالقرب من نجوم آخر الليل في كل مكان وفي كل حين.. وتحت أي طقس، حتى وهي تمارس عملها في الطبخ والكنس.! رسائل التعبير عن هذا الحب هي المظهر، الأناقة، العطر، الإثارة لقد أثبتت التجارب أن الزوجة الأنيقة تبعث إلى قلب زوجها رسالة رومانسية محسوسة تقول فيها: "أحبك.. أهتم بك..! كما أنها تمنحه الشعور المفعم بالبهجة والسعادة والرضا..



لا خجل بين الزوجين!

من المهم جدًا تلبية الزوجة لرغبات زوجها في كل شيء مشروع باعث على إشاعة أجواء نفسية إيجابية في أوساط الحياة الزوجية، ومن أكبر الأخطاء أن تعتذر الزوجة عن تقصيرها في هذا الجانب بالخجل، فلا خجل بين الزوجين، ولتعلم كل فتاة على وشك الزواج، وكل متزوجة أن الخجل مشكلة تهدد الحياة الزوجية بالركود، فلا نريد زوجة خجلى، خاصة في أمور الإشباع واللقاء، وملابس النوم...



جاذبية المرأة:

تختلف الجاذبية من امرأة لأخرى فهناك جاذبية ظاهرية، وأخرى معنوية. أي هناك ما يأخذ العين، وهو كل ما يتعلق بجمال الشكل الخارجي: كجمال الملامح، جمال الملبس، تسريحة الشعر، الابتسامة، الماكياج، الأناقة.

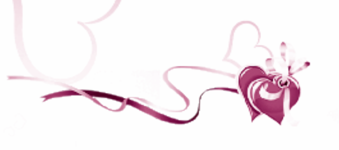
وهناك أيضًا الجاذبية المعنوية: وهي لا تدرك إلاّ بالمعرفة والمخالطة.

وهناك جمال الروح: خفة الظل، حسن الخلق، التفاهم والمرونة...



سحر الكلمة:

الخلافات مهما كانت صعبة بين الزوجين، يمكن تجاوزها بالكلمة الحلوة، فهي نوع من أنواع السحر الحلال، وتعمل على امتصاص الغضب، وأيضًا عدم مناقشة أحد الطرفين للآخر أثناء الغضب، فلكل رجل مفتاح، فعلى الزوجة أن تبحث داخل زوجها عن مفتاحه حتى تعثر عليه. فأحيانًا يسعد الزوج بالكلمة الطيبة، أو الوئام مع أهله أو استقباله بشكل معين بابتسامة وكلمة حلوة لتزيح عنه عبء اليوم.



الابتسامة الصادقة:

تأسر القلوب وتسحر النفوس، ولها رونق وجمال وتعابير وتضفي على وجه صاحبها ما لا يضفيه العبوس.

فالابتسامة كنز، لكن من السهل الوصول إليه فهي لا تكلفك شيئًا. فهي مفتاح كل خير ومغلاق كل شر، فالابتسامة وروح الدعابة والمرح من السحر الحلال على المرأة والرجل.

والابتسامة الحقيقية التي تأتي من أعماق النفس هي أحيانًا تتحدث، لكن من دون صوت تقول كلمات وعبارات مثل: أنا أحبك.



عاطفية المرأة:

معظم النساء عاطفيات وهذا بعكس الرجال الذين يميلون للجانب العقلي الواقعي ولكن قد لا تنطبق هذه القاعدة على الجميع، فقد تجد المرأة أن زوجها عاطفي ويميل للحياة العاطفية لذا فعليها أن تعطيه ما يناسبه وبقدره، وكذلك قد تكون المرأة تميل للواقعية وبعيدة عن العاطفية فلذا فإن أغلب الحلول والعروض الرومانسية هي قد صيغت بشكل يناسب المرأة العاطفية والتي توافق طبيعتها.



سلف ودين:

إذا كان زوجك لا يقوم بواجب بر الوالدين فلا تفرحي لذلك، بل يجب عليك أن تنصحيه ببر والديه والسعي نحو رضاهما فإن رضا الوالدين من رضا اللّه عز وجل، ولا تكوني كمن تسعى لإفساد العلاقة بين زوجك ووالديه أو بين زوجك وأمه، واحذري غضب اللّه سبحانه وتعالى، فإن عقوق الوالدين من أكبر الكبائر، وعقوبتها لا تؤخر للآخرة فحسب، بل تعجل في الدنيا أيضا.



غلط في غلط:

تثير تصرفات الأزواج الزوجات أحيانًا نتيجة لجهلن بكيفية التعامل مع هذا الاختلاف، لذا يحذرك خبراء علم النفس ألا تعاملي الرجل بنفسية المرأة على الإطلاق، لأن عقلية ونفسية الرجل تختلف تمامًا عن طبيعة حواء، لذا تترجم الزوجات تصرفات الرجال بطريقة خاطئة الأمر الذي يؤدي إلى شجار ومناوشات زوجية كبيرة لأسباب تافهة بالرغم من أن الأمر لا يحتاج سوى التفهم.

❋ ❋ ❋ ❋



سينفذ طلبك لكن بذكاء:

تتصدم الزوجة عندما تطلب من زوجها شيئًا، فيصيح في وجهها أنه لا يستطيع، على الرغم من أنه قد يكون طلباً تافهاً جدًا، والسبب أنه شديد التركيز فيما حوله، وأي تشويش يثير أعصابه حتى وإن كان يحبها. فتجنبي أن تطلبي منه ما تريدين حينما يكون منهمكًا في أي شيء حتى وإن كان تافهًا في نظرك فالزوج الغالي عندما رفض طلبك سوف يغضب قليلا ثم يوافق على جميع مطالبك إذا سمع كلمة حلووووة!.



ما لا تعرفيه عن زوجك:

إذا أصبح زوجك سهل الاستثارة يخرج من المنزل غاضبًا لأتفه الأسباب وتنتظرين منه أن يعتذر فالعلماء أرجعوا هذا الأمر إلى أن الرجل يصاب بدورة عاطفية شهرية، هذه الدورة لابد منها وإلا اختنق حبًا، لأنه يشعر بفقدان التوازن وأنه بحاجة إلى أن يعيش مع نفسه فقط، وهذا سر مزاج الرجل العصبي بطبيعته، هذا المزاج من الممكن أن يستمر يومًا أو يومين، بعدها سيعود الحبيب من جديد كما اعتدتِ منه.





الاعتدال أجمل:

إن الاعتدال في مشاعر الحب المتبادلة بين الزوجين هي الأجمل، وهي التي تنأى بهما عن الخنق العاطفي وقتل الحب في قلبيهما. ومن المؤكد أن الزوجة يجب أن تتقن فن الحب وتعمل على استمراره، ليس بمحاصرة زوجها بحبها واهتمامها اللامتناهي ومطلبها بأن تكون الشغل الشاغل له في حياته، وإنما بموازنتها بين أوقات الحب وأوقات العمل والانشغال بعيدًا عن العين لا القلب مؤكدة أن التوازن مهم جدًّا.



استمرار الحب بين الزوجين:

يحتاج منهما إلى مزيد من التضحيات حينًا والمفاجآت حين آخر، تفاجئه في وسط انشغاله بالهموم ومتاعب الحياة بطلب إجازة لقضائها معًا بعيدًا عن الهموم وآلام الحياة، ويفاجئها أيضًا بهدية رمزية يؤكد خلالها أنها الأغلى والأبقى في حياته مهما انشغل عنها بالعمل وضغوط الحياة.

* * * *



التعبير عن الحب أبسط الحلول:

جميل أن نحب، وجميل أيضًا أن نحافظ على تلك المشاعر الجميلة لتظل نابضة في قلوبنا! لكن أحيانًا نسلك الطريق الخطأ في الحفاظ على من نحب ومشاعره النبيلة التي يكنها لنا، فالمبالغة في الحب قد تؤدي إلى نتائج عكسية خاصة بين الزوجين، لافتة إلى أن فرط الحب من قبل أحد الشريكين في الزواج خاصة الزوجة واهتمامها المبالغ في الزوج إنما قد يكشف عن مزيج من المشاعر المتضاربة.



علامات حب زوجك لك:...

يفكر بك دائمًا يشتاق إليك يقول لكِ: أنا أحبك يغار ويخاف عليك!!!! يدللها تغير طبيعته بحيث أنه مهما كان كتوماً فإنه يصبح معها كثير الكلام وإن كان بخيلًا أصبح كريمًا يفرح بدينك والتزامك فيرتاح لك ويثق بك وهذا أغلى ما تتمناه المرأة من زوجها الغالي.

❋ ❋ ❋ ❋



التقسيط الممل:

يخطئ الزوج الذي يعتقد أن بإمكانه تغيير عادات زوجته بين ليلة وأخرى، كذلك تخطئ الزوجة التي تعتقد أنها بضغطها وإلحاحها الشديدين تستطيع إعادة تشكيل الزوج وتغيير عاداته التي تراها سلبية في وقت قصير. فالعلاقة الزوجية تفاعل حر طويل الأمد قائم على التأثير والتأثر، وإذا كنت تشكين من عادات زوجك السيئة، فليس أمامك إلا اتباع مهاراتك وذكائك وحكمتك لتغيير طباعه، وستنجحين حتمًا.



قربة:

تأكدي أن سرعة تلبية رغبة زوجك وإطفاء ناره الموقدة بداخله تورثك محبته وتقربكِ منه فيسعى جاهدًا لإسعادك وتقديرك وتلبية رغباتك، وفوق كل أمر هو طاعة لله ورسوله، فلا تحرمي نفسك وزوجك أجر العلاقة الحميمية، فمن حق كلا الزوجين الاستجابة لهذا الدافع ويمكن اعتبار أن العلاقة عبادة. قَالَ رَسُولُ اللّه صَلَّى اللّه عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: " وَفِي بضْعِ أَحَدِكُمْ صَدَقَةٌ ". قَالُوا: يَا رَسُولَ اللّه، أَيَأْتِي أَحَدُنَا شَهْوَتَهُ يَكُونُ لَهُ فِيهَا أَجْرٌ؟ قَالَ: " أَرَأَيْتُمْ لَوْ وَضَعَهَا فِي الْحَرَامِ أَكَانَ عَلَيْهِ فِيهَا وِزْرٌ؟ فَكَذَلِكَ إِذَا وَضَعَهَا فِي الْحَلالِ كَانَ لَهُ فِيهَا أَجْرٌ ".



استعادة الحب:

هل تشعرين ببرود زوجك نحوك؟ هل سألتِ نفسك يوما ما هو السبب؟ هل جربتِ طرقا تجددين بها حياتك؟ هل تريدين من يساندك؟؟ إذن رافقيني لأوصلك لبعض الأشياء الخفية التي لم تخطر على بالك وتجدد حياتك مع زوجك..تعلمين ونعلم جميعا بأن الكثير من الأزواج قبل ارتباطهم، رسم كل منهما شريك حياته لكن ما أسرع ما حصل الطلاق والانفصال لأن الحب لا يأتي إلا بعد الزواج والمعاشرة.



ندرة كلمات الحب والعطف والحنان من زوجك:

إذا كنتِ تعانين من ندرة كلمات الحب والعطف والحنان من زوجك ذلك لأن أغلب الأزواج يحاول إخفاء هذه المشاعر وعدم إظهارها للزوجة ؛ ظنًا منه أن هذا التصرف يؤثر على رجولته وجديته معها فتسقط هيبته ويقل احترامه في نظره وتشعرين أنه غير مبال بك أو بمظهرك. إذا كنت تعانين من هذه المشكلة عليك بالصبر والتحمل حتى تقطفي ثمرة النجاح وذلك بتفهمك لما ذكرته.





القصة مش مستاهلة دموعك:

مهما حدث لن نعتبر البلادة وقلة الشعور خلقًا محمودًا يستحق صاحبه الحسد، لكن من وجهة نظر الزوجات الحساسات أن العيب ليس فيهم بل في الأزواج الذين يتعاملون مع ظروف الحياة الواضحة بكل الألم كأنهم مغطون بطبقة من عدم الشعور والحس لا يلتصق بهم شيء، ولا يتأثرون بشيء وكأنهم يعيشون بأجسادهم خارج بيوتهم.



المشاكل الزوجية:

وصال ودلال ورضا وخصام .. والذي يحدد نوعها ملكة البيت وإمبراطورة الأسرة: الزوجة المصون.

فمن حقها كإنسانة أن تعبر عن سخطها وتبرمها وغضبها لكن عليها دائمًا أن تحتفظ بخط رجعة في نزاعاتها الزوجية لحماية علاقتها بزوجها، فلا يجب أن تهدمي جسر الود بينكما وأنتِ أعرف الناس بخبايا زوجك الغالي.

* * * *



التنازل:

فن لا تجيده الكثيرات، فهو الطريق الوحيد أو الأكيد لكسب عقل الزوجة قبل قلبه، ولكي تكسبي حنان واهتمام زوجك يجب أن تتعاملي معه بأسلوب المد والجزر، أي ضعي خطوطًا فاصلة لحياتكما معًا منذ بدايتها وأخبريه بخصوصياتك وبسلبياته التي تكرهينها قد لا تروق لك فكرة التنازل أثناء المشاحنات، ولكنه فن كما أنك الطرف الأشد خسارة على الأقل من الناحية الصحية.

أول خطوة يجب أن تتعلمينها في فن التنازل مع زوجك هي ضرورة تحكمك في ردود أفعالك أثناء الشجار، وتذكري أن الشجار الزوجي ليس حلبة مصارعة يحاول كل طرف أن يكون هو الأقوى فيها. إن لم تستطيعي التحكم في انفعالاتك فاعلمي أن هذا بداية الفراق، وهذا ما تؤكده دراسة اجتماعية أعدها المركز القومي المصري للبحوث الاجتماعية، من أجل التعرف على أسباب الطلاق.



لن يعتذر الزوج؟!!

تتوتر أعصاب المرأة من الموقف الذي يكون فيه الرجل مخطئًا ولكنه لا يعترف بالخطأ ولا يقوم بالاعتذار عما فعله، وتتحير لماذا لا يقوم الرجل بالاعتذار وتتهمه بأنه

شرس وخالٍ من المشاعر ولا يفهم في الإتيكيت وآداب التعامل مع المرأة، فهناك أشياء تجعل الرجل لا يقوم بهذه الخطوة المهلكة وهي الاعتذار.



ثقافة الاعتذار:

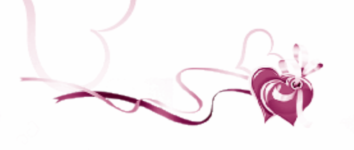
ثقافة الاعتذار في المجتمع الشرقي غير موجودة إلى حد ما فالرجل الذي يعتذر نقول عنه: مخطئ وننظر له كأنه مكسور ومذلول. أما الشخص الذي يتم الاعتذار له، فهو لا يقدر قيمة هذا الاعتذار بل سنجده يضع رجل على رجل ويتعالى على من أمامه ويتعامل معه معاملة السيد للعبد.

والرجل يعتقد أن المرأة سوف تفعل معه ذلك أيضًا.أي: ستعيش في الدور وتعتبر نفسها قوية وحازمة بل وتتعالى عليه وتنفعل وتسوق فيها لو هو قام بالاعتذار.



قلبها أسود:

يعتقد الرجل باعتذاره عن الخطأ أن المرأة سوف تذكر له الخطأ الذي ارتكبه مدى الحياة، فهو يرى أنها صاحبة قلب أسود ودائمًا ما ستعايره وتذكّره بما فعله معها في السابق وأنها لن تنسى الموضوع أبدًا، وهنا يقرر عدم الاعتذار كي لا تترسخ معتقداتها في ذهنها وترى نفسها على حق.



استيعاب السعادة والتعاسة:

النساء أقدر من الرجال على استيعاب السعادة والتعاسة في الوقت نفسه المرأة التي لم تدغدغ أنامل الحب عواطفها هي تربة لم يشقها المحراث، إن لم ينبت فيها الزرع والثمر رعت فيها الحشرات والهوام، فالعبور بالزواج إلى بر الأمان وأعلى درجات النجاح أو السعادة هو مسؤولية الزوجة التي تستطيع وحدها فقط تنفيذ دستور الحياة الثلاثة: الحوار، الحب، التضحية.



الحب:

القلب هو مصدر سعادتك، وليس البنك ولا المعدة. فالكوخ الذي تضحك فيه المرأة خير من القصر الذي تبكي فيه، والمرأة السعيدة هي من تجد رجلا تحبه ويحبها فخير ما يكسب الرجل بعد تقوى الله عز وجل امرأة جميلة، وفيَّةً مصونة صبورة عاشقة ذات اللسان الحلو.

كيف لا؟ وهي تستطيع أن تنقل لزوجها وأبنائها الصفة المهمة، التي يقل وجودها في الجنس الخشن؛ إنها صفة الرحمة التي تملك المرأة منها ما لا يملكه الرجال.

أيتها الحسناء أتريدين أن أدلك على البلد الذي يفوق حسنه كل حسن، ويمحو

منظره كل منظر؟ ذلك يا حسناء حيث يقيم الأحبة، أخصب أرض هي تلك التي وطئتها أرض الحبيب(زوجك)...



ثقافة الاعتذار:

كثيرة هي الخلافات التي تحدث بين الزوجين فلا توجد حياة بدون مشاكل، فهي بهارات الحياة الزوجية التي لا تسير على وتيرة واحدة بل هناك شجار ونقار وحب وحنان، فإذا بدر منك أي إساءة أو تصرف خاطئ لزوجك وحبيب روحك فهو طفل كبير، فعامليه بلطف وحيلة وحكمة.



الارتياح:

القلق والإرهـاق والتفكير يسبب العصبية الزائدة التي أصبحت من سمات هذا العصر وإيقاعاته، لكن لماذا نترك هذه الأشياء تسيطر على حياتنا اليومية؟ لماذا ندعها تعكر صفو حياتنا؟ وخاصة في عالم الزوجة.

الخبراء أكدوا أن الترويح عن النفس عامل أساسي في حياة المرأة ؛ لأنه يزودها بالنشاط والحيوية والطاقة التي تساعدها على أداء واجباتها نحو نفسها وزوجها وأسرتها وبيتها فلا داعي للتوتر...



للفاشلات فقط:

الفشل مجرد حدث وتجارب وعليك ألا تخشي الفشل بل استغليه ليكون معبرًا لك نحو النجاح. لم تنجح امرأة دون أن تتعلم من مدرسة النجاح (وأديسون) مخترع الكهرباء حاول ١٨٠٠ محاولة فاشلة قبل أن يحقق إنجازه الرائع فهل تخسرين زوجك الغالي لأجل محاولة فشل واحدة.. أتمنى أن تراجعي نفسك لأنك بحاجة لزوجك أكثر من حاجتك للكهرباء التي اكتشفها أديسون.



الكلمة الحلوة:

الكلمة الحلوة هي مفتاح القلب، والزوج يزيد حبًا لزوجته كلما قالت له كلمة حلوة ذات معنى ومغزى عاطفي، خاصة عندما يعلم الزوج بأن هذه الكلمة الجميلة منبعثة بصدق من قلب محب وجميل تجتهد في معرفة نفسية زوجها ومزاجيته، متى يفرح، ومتى يحزن ومتى يغضب، ومتى يضحك ومتى يبكي؟ لأن ذلك يجنبها الكثير والكثير من المشاكل الزوجية.



فخورة أنتِ:

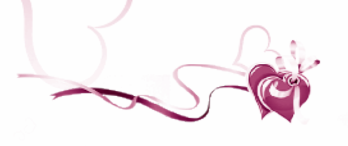
بداخلك ثروة حقيقية تستحق الاعتزاز بها فلا تسمحي لتحديات الحياة أن تزعزع ثقتك بنفسك أو احترامك لها، وكوني فخورة بما أنت عليه، وتقبلي نفسك أولا حتى يزيد إعجاب الآخرين وانبهارهم بكِ ، واصبري على تصرفات زوجك مهما كانت قاسية، ولا تفرحِي عدوك بكثرة الخلافات أو حصول الطلاق.



رضا الزوج:

مهما كانت إساءة الزوج لك ومهما إساء إليك فنذكركِ بأهمية رضاه عنك ؛ لقول الرسول ﷺ:" أيما امرأة ماتت وزوجها عنها راض دخلت الجنة". رواه الترمذي. وخاصة قبل نومك ؛ لقوله عليه الصلاة والسلام: " إذا دعا الرجل امرأته إلى الفراش فلم تأته فبات غضبان عليها، لعنتها الملائكة حتى الصبح ". (متفق عليه)

❋ ❋ ❋ ❋



على قدر الألم تكون ردة الفعل:

عندما تجد زوجًا عابثًا وبلا قلب؛ فتش دائمًا عن المرأة التي جعلته بهذه الصورة فعلى قدر الألم تكون ردة الفعل، وعندما تجد زوجة تبحث عن الحب فتش عن الرجل الذي كسرها وحطم كبرياءها لا أحد يبحث عن الحب بقدر أنثى مهزومة ومثخنة بالجراح.



إلى الزوجة الكريمة:

حتى من يحبك بشدة.. قد يخونك بشدة.. كثيرون يحبون ويعشقون.. وندرة هم من يستطيعون تحمل مغامرة الوفاء.

من يخونك.. لا يعني بأنه لا يحبك.. ولكن يحب نفسه أكثر! إلا حب الزوجين فهو أمر مختلف.. فليس بين المحبين إلا المودة والرحمة والسكن... فطوبى للزوجين محبة يؤجرون عليها...!

❋ ❋ ❋ ❋



ما رأيك؟

أكثر من يتلاعب بالحب هم أكثر من يتحدثون عنه! وأكثر المحبين صدقًا.. هم من يعايرون بالقسوة والجلافة. فما رأيك؟؟



نحتاج إلى مستشار لا مثقف أكاديمي:

المثقف يبحث عن صناعة مجده الشخصي! وتجده دائمًا حول (الأنا).. تأثيره لا يتعدى خمس دقائق تلي قراءة حروف رسالتك ومشكلتك أو سمع حديثك بنبرة حزن يوم هاتفتيه بتكلفة عالية! لكن المستشار مفكر شاهد عصر وصاحب تجارب تأثيره بطيء.. ولكنه مستمر على المدى البعيد.



خاطبي طفولة زوجك:

خبراء علم النفس يؤكدون أن بداخل كل رجل طفلًا حتى وإن كان رجلًا عريض المنكبين أو مفتول العضلات، ومن هنا ينصحونك بأن تخاطبي طفولته قبل أن تخاطبي رجولته.



اجعليه يخجل من نفسه:

إن كان زوجك مقصرًا في أمور المنزل؛ فلا تقارنيه أو تعايريه بغيره، فأسلوب المقارنة خاطئ في التعامل مع هذا الطفل الذي يقبع داخله، وتجنبي أن تتذمري أمام أهله أو أهلك بأنه مقصر، فقط ذكريه بطلبات البيت بشكل يجعله يخجل من نفسه، وأخبريه أنك قد أحرجت كثيرًا أمام أخته اليوم عندما طلبت منديلًا ولم يكن في البيت مناديل، وفي مرة أخرى أخبريه بدبلوماسية متجددة.



إياك والمعاملة بالمثل:

إياك والمعاملة بالمثل .. مع زوج عصبي، فعصبيتك ستكون مدمرة لحياتكما معًا واحذري أن تخاطبيه وهو في طوره العصبي. فالعصبية طبع ليس من السهولة تغييره ففكّي قليلًا قليلًا شفرة الأمور التي تجعله يتخذ موقفًا عصبيًا، حاولي تغييرها ما استطعتِ، وتأكدي أن الحل الأمثل لزوج عصبي هو تجنب إثارته لذلك استخدمي أسلوب المناورة كما تستخدمينه مع طفلك فكما أن الأطفال ينسون عصبيتهم بقطعة من الحلوى وبكلمة حلوة فالرجال كذلك!



انتقادك له:

خبراء العلاقات الزوجية يؤكدون لك أنه ربما تكونين أنت السبب في سلبية طباع زوجك؛ وأهم ما يعانيه الرجل مع زوجة كثيرة الانتقاد هو الخرس المنزلي، ويفيد الخبراء أن أكثر الرجال يكونون بحاجة ماسة إلى البوح بما يثقل صدورهم، إلا أن معظمهم يخشون أن ينبذوا أو يرفضوا، حيث إن النساء بارعات في انتقادهم؛ لذلك فهم قلقون من أنهم إذا باحوا بمشاعرهم سوف يقابلون بالسخرية.



لا راحة مع الطلاق:

أرجو أن تمحي كلمة: طلقني؛ من قاموس حياتك فالطلاق لن يريحك ولاسيما بعد أن تنجبي الأطفال، والزوج كثيرًا ما يكون متعقلًا ولا يستجيب لمواترة الزوجة لكن حصيلة تلك المواترات هو قلق الأبناء وزرع الخوف الدائم في حياتهم بالطلاق، الطلاق يا أختاه هو سبب تعاسة الأبناء وانحراف البنات وتعاسة الأم وتدهور الحياة الزوجية.

* * * *



لا تكذبي على زوجك أبدًا:

لا تكذبي على زوجك أبداً ولا تعصيه في أمر من الأمور إلا فيما كان فيه معصية للّه تبارك وتعالى وإن كنت تخافين جبروته فلا تقولي له الذي حدث وهو غاضب، قولي له عندما يكون هادئًا سأعترف لك بشيء لكن عدني بعدم المعاقبة ولا تقس علي حتى لا أخبئ عنك الأمور فيما بعد، هنا حتما سيكون متعقلا وسوف يكون الموقف في صالحك بإذن اللّه تعالى وقتها سيصبح جميع أبنائك صادقين صرحاء لا يخافون من كلمة الحق.



أنا أموت في حبك!

تسمع الزوجة هذه الجملة من زوجها بعد مرور عام على الزواج، فكثير من الرجال يعتبرون أن قول هذه الجملة لزوجاتهم، يقلل من رجولتهم وهيبتهم أمامهن، فهم قد يكونون محبين لزوجاتهم، لكن المرأة تريد أن تسمعها من زوجها بين الحين والآخر، لتشعر بمزيد من الأمان حول مستقبل الشراكة الزوجية. فكوني أنتِ من يساعده على قولها بلطافتك وأسلوبك.

* * * *



ليس هناك زوج:

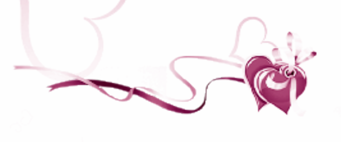
يستطيع تحمل تجول المرأة ساعات طويلة في السوق لشراء حذاء أو فستان لها، وإنْ ذهب معها لهذا الغرض، فإن نصف ساعة كافية لتجعله يملُّ من السوق ومن المحلات ومن المارة، حتى إنه يصبح عصبي المزاج، فيبتدع حجة ليطلب العودة إلى البيت وهذه حقيقة ثابتة بينما تتهم بعض الزوجات زوجها بأن " عينه زايغة " ويتلفت في الأسواق... إلخ من التهم الكبيرة.



ستجدين ما يسرك!

إيجابيات كثيرة تتحقق بالتزام الزوجة الصمت عند غضب الزوج، فسماعك لكلمات لا تسرك من قبل الزوج ليست نهاية العالم ولكنها حالة تعتري الزوج قد يكون فيها محقًّا وقد لا يكون كذلك، فالزوجة الذكية هي التي تستطيع تحويل الغضب إلى رضى بلمسة هادئة ألا وهي: لا تنفعلي عند غضب الزوج وستجدين ما يسرك!.

* * * *



إياك والتباطؤ:

أطفئي غضب الزوج بسرعة التجاوب. فإنه كالنار الملتهبة تلتهم كل ما أمامها. تخلصي مما وقعت من الخطأ في الحال أمام الزوج وإن رافقه اعتراف بالخطأ فهو أفضل. وإياك أن تعترضي عليه بأنه هو السبب في وقوعك بالخطأ أو أنه يتعمد بالبحث عن أخطائك واعتذري وسترين ابتسامه بادية على محياه ولكنه يحاول إخفاءها، ومسارعتك في إزالة غضبه ستمكنك من قيادته والتربع على عرش قلبه وهذا هو المطلوب.



قلبي عليك:

أظهري حرصك الصادق على مصلحته عند الاعتذار فستصبحين المستشارة الأولى له، إذا اعترض الزوج على تصرف بدر منك فحاولي أن تقنعيه أن هذا التصرف فيه منفعة له فعددي له منافع يشعر أن قلبك عليه لا تحديا ولا ذلة، وأبدي له بإمكانياتها لتراجع مع حرصك أن لا يطلب منك التراجع من أجل تلك المنافع؛ لكي لا يشعر أنه تحدٍّ له بهذا أنت الرابحة أيتها الزوجة الغالية على قلب زوجها.

❋ ❋ ❋ ❋



العتاب على قدر المحبة:

قول يتداوله الناس، لكن العتاب لا يكون أسلوبًا فعَّالًا إلا إذا استخدم في الوقت المناسب ومع الشخص المناسب الذي يتقبل العتاب اللطيف بصدر رحب. وحتى لا تخسري زوجك الغالي من عتابك له فلا تضعيه موضع المتهم، فيضطر للدفاع عن نفسه بطريقة تبدو وكأنه يبرئ شخصه من تهمة مؤكدة، فذلك يوغر صدره تجاهك، وربما تخسرينه جزئيًّا أو كليًّا.



هل أنت امرأة غيورة؟

كثيرًا ما يقال عن المرأة: إنها غيورة بل شديدة الغيرة خصوصًا في علاقتها مع الجنس الآخر زوجها، ومنهم من يستحب فكرة غيرة زوجته عليه ومنهم من ينزعج منها على أساس أنها لا تثق فيه ولا تترك له حرية كافية للتصرف كما يشاء دون مضايقات منها. هل أنت امرأة غيورة؟ هل تستلطفين غيرة المرأة على زوجها؟ أو غيرة الرجل على زوجته؟ وهل في نظرك أن الغيرة رمز من رموز الحب أم أنه وسواس ينخر العلاقة بين الطرفين؟



حافظي على هذا الرجل:

إذا كان الرجل هو محور حياتك.. وإذا كان الرجل يمثل لك الأب الذي تطلبين من الله دوما أن يحفظه ويطيل عمره.. بل إذا كان الرجل هو الزوج الذي تحترمين.. والأخ الذي تعتزين به والابن الذي تعطفين عليه؛ فحافظي على هذا الرجل وكوني له مثل الشمعة التي تحرق نفسها لأجل الآخرين.



بكاء الزوجة:

تبكي دائمًا بدون سبب وهذا ما يراه الرجال. فلماذا تبكي النساء؟ مع أنها تملك إرادة صلبة تتحمل المسؤولية (عندما يتخلى عنها الجميع) للعناية بأسرتها رغم المرض والإنهاك دون تذمر أو شكوى بل لديها رصيد كبير من المشاعر الحانية تغمر أبناءها وإن قسوا عليها.. وتخفف بها عن آلامهم ومخاوفهم وقلقهم..

مازلت أتعجب من كثرة بكاء المرأة وبدون سبب أحيانًا كثيرة.. المرأة حكمة وصبر، تعرف أن الزوج الصالح لا يؤذي زوجته أبدًا لكنه بين حين وآخر يمتحن قدرتها على تحمله وعلى الوقوف إلى جانبه ومساندته دون تردد وبعد ذلك ألا يحق لها أن تذرف

دمعة؟ دمعة وهبها الله لها وحدها لتذرفها متى ما احتاجت لذلك.. دمعة تجدد بها قوتها لتستمر الحياة، دمعها دمع حياة لا يفهمه الرجال أبدًا ويقولون: إنها ضعيفة!!!!!...



المقارنة هنا فاشلة:

الرجل يحتاج أن تشعر زوجته بأهميته وتقدر عمله، وتفخر به، ويحتاج إلى تشجيعها، فلا تحاولي التقليل من شأن مجهوداته أو الاستهانة بما يلاقيه من تعب مقارنة بما تقومين به داخل بيتك؛ لأن المقارنة هنا غير واقعية على الأقل من وجهة نظر الزوج.



المرأة المعطاءة والمضحية:

هذه المرأة تترك أثرًا لا ينسى لدى الرجل فهو يشعر بوجودها وبأنها حاضرة دائمًا لتمده بكل ما تملك وكل ما تستطيع، تقدم التضحيات وتعطي من دون حساب. الرجل بطبعه يرغب دائمًا بأن يكون صاحب الحق في الحصول على كل ما يمكنه الحصول عليه من دون شروط مقابلة ومن دون مصالح متبادلة وهو يكره المرأة التي تسجّل عليه تضحياتها وعطاءها لتحاصره بها من وقت لآخر.

****



نساء لا ينساها الرجال!

هي المرأة التي تنتمي إلى واقع هذا الرجل وحياته تشاركه وتكون معه في كل لحظة وتشعر بكل تفاصيل حياته: أفراحه وأحزانه وأفكاره وخططه امرأة لا يشعر شريكها أنها متفرجة تراقب الأحداث، بل هي تعيش في قلب الحدث.



المرأة الصبورة:

الرجل لا ينسى امرأة صبرت وتحملت شاركته أحداثًا وضغوطات، بل كانت طوق النجاة والحضن الدافئ الذي يلجأ إليه في الأزمات، امرأة ترفع عنه همومه وتعلم جيدا متى يجب أن تكون حاضرة أو ما الذي يجب أن تقوله بحنان وحب، وتصبر وتتعامل معه بحكمة .. هذه المرأة لا يستطيع الرجل نسيانها مهما كان.



المرأة الذكية:

المرأة الذكية هي التي تعرف جيدًا كيف تتعامل مع شريكها وتتفهم أن لكل رجل طبيعته وعقله الخاص به، فتعلم متى تتحدث إليه ومتى تطلب منه شيئًا، ومتى تصمت وتستمع وليس هذا فحسب، بل وتعلم كيف تجعل زوجها يظهر ويبرز ويتقدم للأمام ؛ لأنها

تدعم الثقة في نفسه وتعزز شخصيته دائمًا. هذه المرأة لا ينساها الرجل فهي شريكة نجاح قائم ويشعر بأنه يفكر بشكل أعمق وأوضح حين يكون معها.



المرأة العفوية:

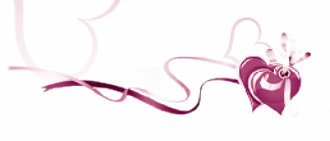
يحب الرجل تلك المرأة التي تتصرف وتفكر بعفوية. فلا تتكلف ولا تتصنع في كلامها وتصرفاتها فيشعر أن حياته معها كتاب مفتوح يبادلها فيه الصراحة والوضوح ليكون على قدر ذلك الصفاء وتلك البراءة، فالرجل يفضل أن تكون شريكته بريئة وعفوية أكثر من كونها جميلة.



المرأة القوية الضعيفة:

يحب الرجل أن تعلم المرأة متى يجب أن تكون قوية ومتى عليها أن تضعف، ويفضل شريكة أن تمده بالقوة ويستمد منها الصلابة، ولكنه لا يحبها قوية في كل الظروف حتى يشعر بضعفه. ولا يحبها ضعيفة دائمًا حتى لا يشعر بسلبيتها.

* * * *



المرأة الأنثى:

المرأة الأنثى تجعل من شريك حياتها رجلًا. وكلما زادت أنوثتها شعر الرجل برجولته أكثر فأكثر، فهي أنثى في حديثها وملابسها .. أنوثة داخلية حقيقية يشعر بها الرجل ولا يراها. هذه المرأة يحبها الرجل ويحب رقتها ولا يتمكن من نسيانها.



المرأة الجوهرة:

الرجل لا ينسى امرأة تتمتع بجمال ودفء داخلي وشخصية مستقرة متصالحة مع نفسها وتفضل الهدوء والاستقرار ولا تتوه وسط الزحام وتكون المرجع والعقل المشارك والزهرة الجميلة وسط أشواك وضغوط الحياة. تلك المرأة تلفت نظر الرجل فيعطي هذا الجمال الذي لا يراه سواه اهتمامًا خاصًّا لأنها تنفرد وتتميز به.



المرأة الحنونة:

المرأة الحنونة هي امرأة ذات مشاعر فياضة وأحاسيس مرهفة تستطيع أن تغرق الرجل في بحر من الحنان والعطف يشعر معها وكأنها ليست الزوجة والحبيبة فقط، بل

هي الأم أحيانًا، فالرجل في حقيقته طفل كبير ولكن مع فارق أن متطلبات هذا الطفل تفوق متطلبات طفل صغير بقدر فارق السن بينهما، فهو ينتظر من شريكته أن تغمره كليا بالحنان والعطف الدائم.



المرأة المستمتعة:

يحب الرجل أن يتشارك المتعة مع زوجته ويرضى حين تكون مستمتعة معه في لحظات كثيرة ومختلفة.. حتى في أدق التفاصيل وأصغر الأمور وأن لا معنى لحياتها من دونه.. هذه المرأة يصعب أن ينساها الرجل فهي ستجعل من كل لحظة بينهما ذكرى جميلة وممتعة تبقى للأبد.



الزوجة المطيعة:

هذه الصفة من الصفات الأساسية التي ينشدها أغلب الرجال في شريكة حياتهم، لأن اتصاف الزوجة بالطاعة يعني الاستقرار الأسري والبعد عن النقار، والشجار، علاوة على أن طاعة الزوجة تشبع رغبة الرجل في أن يكون قوامًا على امرأته.. فكوني مطيعة بتلقائية.. وليس بالقوة والقسوة.. فهناك كثيرات مطيعات لكن لا يحبهنَّ الأزواج.



الزوجة اللبقة:

التي تجيد فن الحديث، فتعرف متى يكون العتاب؟ ومتى يكون السكوت؟ فالرجل المتعب مثلا من العمل يكون في حاجة إلى من يخفف عنه، وليس في حاجة على الإطلاق لكلمات جافة قاسية تزيد من عنائه وتدعوه للضجر والنفور.. لسانها مثل العسل الصافي إذا تحدثت: من فضلك.. تسلم عمري.. ربي يخليك لي.. آسفة أزعجتك.. شكرا روحي.. يعطيك العافية.. من فضلك .. وغيرها من عبارات اللباقة.



الزوجة الناضجة الشخصية:

هذه لها سمات كثيرة كاستقلال شخصية الزوجة عن أمها وبعدها عن توافه الأمور وإقبالها على الثقافة والاطلاع.. فيكون للحديث معها متعة ولذة.



الزوجة القنوعة:

هي التي يقولون عنها: "تعيش على الحلوة والمرة". وما أشد حاجة الرجال إلى امرأة تقنع بما يكسبه زوجها، ولا تطلب لنفسها ما قسم الله لغيرها!.



الزوجة المتزنة:

هي التي تخلصت من الصفات السلبية؛ فلا هي غيورة ولا هي بليدة الإحساس، ولا هي مندفعة ولا هي كثيرة التردد..



الزوجة النظيفة المتجددة:

هي التي تحسن ملبسها وهندامها وتتجدد لزوجها فلا يملها.. وهذه أمثالها قليل جدا ونادر...



الزوجة المدبرة:

هي التي تدرك مشقة العيش وعناء زوجها في الحصول على المال فلا تكون مبذرة ولا تكون مقترة وإنما تكون معتدلة، تنفق المال فيما ينبغي.

* * * *



عندما تكونين مخطئة بعمل ما:

كتأخيرك تنفيذ بعض الأمـور بسبب انشغالك بالحديث على الهاتف مع إحدى الصديقات، قومي بمناداة زوجك بأحب الأسماء إليه، وقدمي له اعتذارك وسبب التأخير مع التأثر الشديد، وليس بعدم الاهتمام واللامبالاة، لكي يشعر بأنك فعلا قد أدركت أن هذا العمل خطأ، واحتملي ما قد يقوله لك من عبارات لأنه بهذه الحالة سيفرغ جزءًا من غضبه.



لا تنامي وهو غضبان منك:

فبعد أن تهدأ الأمور، وتتأكدي من هدوء زوجك حاولي المبادرة لترضيه، فالواجب الشرعي يقول: إن المبادرة تكون من خيرهما دينًا وعقلًا، أو من أقدرهما في الغضب والرضى، وتذكَّري أن البيت المملوء بالحب والتقدير المتبادل والاحترام في كل شيء خير من بيت مليء بما لذ وطاب من المأكولات والخدم، وحاولي ألا تفارق وجهك الابتسامة المشرقة المضيئة والفكاهة والبشاشة؛ لكي تنعمي بحياة زوجية سعيدة.







الحب لوعة وشقاء وجحيم يطاق:

وربما تلذذ به الزوجان فقط وأقلقا غيرهما ؛ لأنه بدأ وعاش وانتهى بالحلال، فالحب تختلف معانيه من إنسان لآخر، فالحب كلمة من حرفين: الحاء (ح) حنان، والباء (ب) براءة، فالحب يعني للبعض وردة حمراء يقطفها الحبيب لحبيبته، أو كلمة جميلة نابعة من القلب، أو شعور غامر بالأمن والأمان. وتعيش الزوجة الحب في أصدق معنى وصورة فهنيئا لها.



معنى الحب:

اختلف كثيرون على فهم معنى الحب، تلك الأحاسيس المختلفة المتداخلة التي لا يفهم الإنسان مصدرها ولا كيف ومتى تحدث شرارتها الأولى ولا يعرف الإنسان رجلاً كان أو امرأة شيئًا سوى أنه يحب. وقد أنشد فيه الشعراء شعرًا جميلًا يفيض عذوبة ويقطر رقة ويظل على مدار الزمان تحفظه القلوب وتردده الحناجر. وأصدق الحب ما كان من الزوجة لزوجها فلا تحرميه حلالك.

* * * *



الحب يقلب موازين الأزواج:

بسبب مقولة: الحب أعمى؛ قامت دراسة إيطالية لجامعة بيزا، إذ يؤكد الباحثون أن الحب له تأثير كبير على الإنسان وخاصة الأزواج، وأجرى الباحثون الدراسة على ١٢ رجلًا، و١٢ سيدة وقعوا في الحب بعد زواجهم بعضهم من بعض، ووجد الباحثون أن هرمون "تيستوستيرون" يقل عن معدلاته الطبيعية عند الرجال، بينما يزداد عن معدلاته الطبيعية عند النساء وهذا في عالم الأزواج فقط .. المكان الآمن للحب.



إحصائيات:

أشارت إحدى الإحصائيات الأمريكية إلى أن الأمريكيين هم أكثر شعب في العالم يردد كلمة الحب بدون فعل، وأن الصينيين أقل من يردد لكنه يحب بالفعل! وبالرغم من النهايات الدامية لمعظم قصص الحب في غير عالم الزواج إلا أن الشعوب الإسلامية وأسرها تعرف أن تحب بصدق وإخلاص ؛ لأن الحب عندهم موجود بشكل آمن وبين اثنين فقط يجمعهما " زواج مقدس " لينبضا بالحياة على وجه الأرض بقيادة ملكة الحب " الزوجة الغالية ".



لا تكوني متكبرة!

فإن الكبر يبغضك إلى زوجك، وقد روي أن إحدى الملكات تسمى فكتوريا أحبت رجلًا من عامة الشعب وبعدما ارتبطت به جاءته يومًا تطرق بابه فقال: من بالباب؟ قالت: أنا الملكة فكتوريا، قال: لا أعرف أحدًا من الملكات، فقالت: أنا حبيبتك فكتوريا، فقال: الآن عرفتك فادخلي يا حبيبتي.



السعادة الزوجية:

قائمة على عدة جذور: صحية ونفسية وفكرية واجتماعية وليست قائمة فقط على لذة العلاقة الحميمية، فيجب الاهتمام بصحة الزوج في طعامه وشرابه فإن تهيئة جو الارتياح داخل البيت من صميم مسؤولية الزوجة، فالبيت الصحي المنظم النظيف سبب لحياة مستقرة.



هذا كفيل لزرع بذور الشك:

مليون مرة أكدنا وقلنا وذكرنا ونبهنا .. ونعيد ونقول مليار مرة: على الزوجة أن تحاذر من الاعتراف لزوجها بماضيها العاطفي أو علاقاتها السابقة حتى لو كانت

مجرد علاقة رومانسية أو خيالية أو هاتفية ؛ لأن هذا كفيل لزرع بذور الشك والكراهية وعدم الثقة.



يجب الحذر من عداوة الأقارب:

وكما قيل: الأقارب عقارب فلا تخلو قلوبهم من الحقد والحسد والغيرة. وكم من بيوت هدمها سوء الظنون! وتناقل الكذب والحسد من الأقارب.. وتدخل الحموات في أمور الزواج يفسد العلاقة فرجاء قولي لأمك: ألا تتدخل بحياتك أو أنتِ أصلًا لا تحكي لها كل شيء، فتفكيرك أنتِ غير، ونظرتك للغد غير نظرتها وأعانك الله على برها والإحسان إليها، ولا تفهموا أن التحذير من الأقارب دعوة لقطيعة الأرحام .. رجاء!!



العلاقة الزوجية:

بكل صراحة وبدون مجاملة العلاقة الزوجية علاقة ليست مثالية ١٠٠٪ أو رومانسية ١٠٠٪ أو عقلانية ١٠٠٪ .. لكنها مزيج من الواقعية والمثالية والعاطفية والعقلانية والمادية والروحانية والمتعة النفسية، وعلاقة الحب بين الزوجين يحكمها القلب والمشاعر والعقل والمنطق. فالحب عاطفة حسية روحية يحلق بها المحبوبان فوق السحاب مع أحلام وردية جميلة، ولكن الحب قبل الزواج قد يقتلها بشكل وحشي.



الزوجة البنكية حسابات جارية:

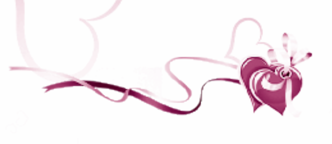
الزوجة الاقتصادية يتمناها كل زوج ويحلم بها فهي من تقدر موقف بيتها المالي، ثم تتصرف بحكمة فلا ترهق الزوج بالمصروفات والمطلوبات ولا تصل إلى درجة البخل والشح، فهي توفر من مصروف البيت الشهري للأزمات وتعلم أن زوجها يجمع المال بالجهد والعرق ليوفر لها حياة كريمة، فتضع هذا في اعتبارها وتربي عليه أبناءها، وتشعر زوجها بالامتنان والتقدير فشكرًا لهذه الزوجة!



الحنـان:

إذا كان الجمال هو الذي يثير الحب فالحنان هو الذي يصونه ويحميه، فهو يستوطن قلب المرأة الرقيقة ويتجلى في كلماتها ونظراتها وصوته،ا نعم.. صوتها خاصة... الصوت المليء بالحنان.. كم يطمئن أعماق الأزواج ويمنحهم الطمأنينة والسرور..!

❋❋❋❋



المرأة:

الفاضلة تلهمك، والذكية تثير اهتمامك، والجميلة تجذبك، والرقيقة تفوز بك ؛ لأن الفاضلة لا تأتي إلا بالخير. ولأن الذكية تنقص أنوثتها. ولأن الجميلة قطعة حلوى. ولأن الرقيقة عملة نادرة!!...



ماكينة غضب :

تلجأ المرأة أحيانًا إلى الصراخ والتحدث بعصبية وصوت عال وتوجيه التهديدات.. كل ذلك للوصول إلى هدفها بالسيطرة على الزوج حتى يحقق المطلوب بالطريقة التي تريدها ولو خسرت علاقتها الودية مع زوجها.



خذي زوجك على علاته :

وتقبلي وضعك الحالي كما هو، ولا تسرفي في التوقعات، ولا تهتمي بأمور معينة أكثر من اللازم. إن محاولتك السيطرة على سلوك وخيارات غيرك لا يمكنك من حب شريك حياتك حبًّا حقيقيًّا غير مشروط. لهذا ينبغي عدم الانشغال بسلوك ومشاعر الطرف

الآخر بصورة مبالغ فيها وصدقيني لن تستفيدي شيئًا بطلبات غير متوافرة عند زوجك. ففاقد الشيء لا يعطيه.



العدوانية السلبية:

تلجأ المرأة (والرجل أيضًا) إلى الانتقام الصامت ضد شريك (أو شريكة) الحياة. فالزوجة تحقق ما يريده الزوج بطريقتها الخاصة. فإذا أراد منها طبخ وجبة يحبها (وهي لا تريد ذلك في قرار نفسها) فإنها تطبخها لكن بمذاق غير مستحب. وإذا طلب منها حضور زفاف إحدى قريباته فإنها تحضر الحفلة (غصبًا عليها) وهي تضمر الكراهية، وتخاصم زوجها ولا تكلمه لمدة أربعة أيام.



لا تخافي:

الزوجة تخشى أن يغضب زوجها منها، وتخشى أن تصاب بخيبة أمل أو بحالة من الاستياء أو الصد، مثل هذه التصرفات لا تهيئ مناخًا صحيًّا لعلاقة زوجية حرة سليمة تسودها المحبة والاحترام المتبادل. وإن كتمان الاستياء عامل سلبي يمكن أن يدمر العلاقة. أما الأمانة والصراحة فهما من العوامل البناءة لأنهما لا بد أن يؤديا إلى التعاون لحل المشكلة لهذا ينبغي أن يعرب كل من الزوجين عن حاجته بصراحة وصدق.



لاستدعاء انتباه الرجل:

في كتاب "القواعد: The Rules" يقول المؤلف: إن الرجل أكثر انجذابًا إلى النساء اللاتي يبدين أنهن مستقلات وراضيات بحياتهن وليس إلى النساء الحريصات على جذب اهتمام الذكور، وينصح المؤلف المرأة بأن تتظاهر بأنها مشغولة ومنغمسة في العديد من الأنشطة، وبهذه الطريقة تستدعي انتباه الرجل.



المرأة النشطة:

إن المـرأة النشطة التي تحقق المثير من الإنجـازات ولها دورهـا المؤثر في العمل والعلاقات العامة، وتتعلم الكثير، وتطور نفسها، وتساعد الآخرين.. امرأة تحترم نفسها وتقدر إمكاناتها، ولا تحتاج باستمرار إلى جذب اهتمام زوجها حتى تظل سعيدة، ولهذا لا تضطر إلى فرض حبها. ومع اختفاء حالة الإكراه والإجبار ينمو الحب ويقوى بمرور الزمن.

* * * *



زواج متكافئ:

إذا شعرت المرأة أن سعادتها تأتي أساسًا من زوجها وليس من ثقتها بنفسها وقبولها إمكاناتها الطبيعية، فإنها تشعر بالتهديد في كل مرة يتضايق فيها زوجها أو يستاء بسبب مشكلة ما. والحل يتمثل في إمكانية اعتماد المرأة على نفسها واطمئنانها إلى وجود دخل مالي آخر يتمثل في وظيفتها. وفي هذه الحالة يكون هناك زواج متكافئ بين شخصين يكمل أحدهما الآخر، وليس بين شخصين يحاول إجبار أحدهما الآخر على حبه أو يحاول السيطرة على أحاسيسه.



أبواب السماء:

لقد كساكِ الهم أثواباً من القلق والكآبة والعزلة، فأصبحت الدنيا فوق رأسك ؛ وذلك بسبب زوجك الذي أحببته وعشقته وأصبح أكبر همك رضاءه وسعادته لكنك تفاجئين بصدوده عنك وعدم مبالاته بمشاعرك وهيامك بكلامك وعطرك وثيابك وبسمتك وحسن تبعلك. هل تصرخين من شدة ما بك؟ هل تخضعين لوسوسة الشياطين؟ أم هل تتوسلين له لتبيني ضعفك وحاجتك له؟ إني أعلم أنك جربتِ كل شيء كل شيء. ولكن هل طرقتِ أبواب السماء؟...



ألستِ مضطرة؟

إذن ادّعي الله سبحانه أن يسخر لكِ زوجك وأن تأنسي به ويأنس بك وأن يجعل بينكما المودة والرحمة. ادعي واطرقي الباب بل هزي وليكن هزك زلزالاً من الدعوات والتوسلات. من النساء من دعت وقالت: (ربي يا من ملكته أمري ملكني قلبه يا رحيم يا عزيز يا كريم أكرمني) أكرمها رب العالمين أن حنن قلب زوجها عليها. وهناك من رفعت يديها متضرعة قائلة: ((اللهم أسكني في قلب زوجي وأكرمني به)) فغدت أدمعها دمعات من الشكر لله.



الفتور الزوجي:

تمر في بيوتنا أوقات من الفتور الزوجي.. والتي قد تكون نتاجًا عن انشغال الزوجين أو زيادة المسؤوليات أو بسبب المشكلات المتكررة بين الزوجين، والمرأة الذكية هي التي لا تترك المجال للفتور أن يدخل حياتها وبيتها بل تقوم بتجديد حياتها وتحسين علاقتها مع زوجها حتى تجعل من بيتها واحة غناء لا يطيق الرجل مفارقتها.

* * * *





لتحسين علاقتك مع زوجك:

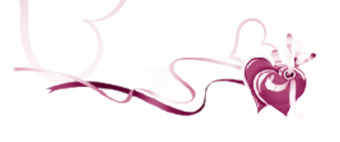
تحدثي ثم تحدثي.. أخرجي هذا الثور الثائر داخلك بالتحدث، فأنا مع الحديث ولكن عزيزتي أي حديث؟.. حديث الأحبة ذلك الحديث الهادئ الانسيابي الذي ينساب كالماء في الجدول حديث لا يمل منه فاختاري الكلمات وانتقيها قبل أن تخرج منك واجلسي وفكري فيها، واجعليه يعتاد حديثك..



لا يريدك أن تفرضي رأيك عليه:

إذا كان لديك رأي ما فلا تقولي: هذا رأيي! ولكن استبدلي بهذه الكلمة أن تقولي: أقترح ماذا لو فعلت كذا، أو من الأفضل كذا، فإن الرجل - عزيزتي - لا يريد أن تفرضي رأيك عليه، حتى لو كان رأيك سديدا فإنه يراه عكس ذلك فهذا ديدن كثير من الرجال؛ فالرجل يحب أن يكون صاحب الرأي الأخير والمشورة، ولكِ حرية الاختيار في أن تكوني صاحبة الرأي الأخير ولكن بدهاء الأنثى بحيث يقتنع أن الرأي الأخير له وهو صاحبه.

* * * *



كوني جميلة:

كوني جميلة في أحوالك ظاهريًا وداخليًا، فالجمال لا يعني الملبس الغالي واتباع آخر صيحات الموضة ولكن الجمال - عزيزتي - يعني الرقي والنظافة والبساطة معًا وأن تصبحي جميلة في كل شيء.



لا تخجلي:

لا تخجلي من البوح بما في داخلك وسلمي للحب وقدرته فهذا هو العشق الحلال، قولي له ما يجول في رأسك من كلمات إعجاب وحب وعشق وغزل لا تخجلي. فكثير من الزوجات قد تضيع منها أجمل لحظات عمرها ومن الممكن أن تفقد لذة الحياة بسبب الخجل، فالحياء مطلوب ولكن ليس مع الزوج.. فمع زوجك لا تخجلي من شيء، بعض النساء تخجل من معسول الكلام وبعضهن الأخريات يخجلن حتى من الاعتذار وتمر الأيام باردة تشبه بعضها بعضًا.





طريقة الحوار:

ابدئي دائمًا أي خلاف بالتحدث عن إيجابياته وأغدقي عليه بكلمات الإعجاب بالأشياء الموجودة فيه وفي شخصيته وعدم تقصيره، ثم بعد ذلك ادخلي تدريجيا في الموضوع الذي تريدين الحديث فيه، ولا تنسي أن تغلفي حديثك بابتسامة وهدوء.



وزيرة بأوامر ملك:

الرجل صاحب الإرادة المنفذة والمرأة صاحبة الإرادة المحركة، فكثيرًا ما نرى المرأة تلعب دورًا أساسيًا في التدبير والتخطيط والتوجيه والإيحاء للرجل، ثم يقوم الرجل بتحويل كل هذا إلى عمل تنفيذي وهو يعتقد أنه هو الذي قام بكل شيء.. خاصة إذا كانت المرأة ذكية واكتفت بتحريك إرادته دون أن تعلن ذلك أو تتفاخر به.



بين الذكورة والرجولة:

ليس كل ذكر رجلاً، فالرجولة ليست مجرد تركيب تشريحي أو وظائف فسيولوجية، ولكن الرجولة مجموعة صفات تواتر الاتفاق عليها مثل: القوة والعدل والرحمة والقيادة

والحماية والمسؤولية، وقد نفتقد هذه الصفات الرجولية في شخص ذكر وقد نجدها أو بعضها في امرأة، وعندئذ نقول: بأنها امرأة بألف رجل! لأنها اكتسبت صفات الرجولة الحميدة وهذا لا يعني أنها امرأة مسترجلة.



الحقيقة:

عملت في الاستشارات الأسرية أكثر من عشرين سنة وخرجت بحقيقة هي: أن الرجل يكره من المرأة أن تخطئه بشكل مباشر أو أن تنتقده أمام الآخرين أو تحاول أن تبدي أنها أذكى منه ولو كانت كذلك، عامليه بأحسن مما يعاملك فإن لم يكن يقدر ذلك، فاعلمي أن اللّه يقدر لك ذلك وأنه ربما يتغير!



الرجل:

الرجل شديد الانبهار بجمال المرأة ومظهرها وربما يشغله ذلك ولو إلى حين عن جوهرها وروحها وأخلاقها، وهذا يجعله يقع في مشكلات كثيرة بسبب هذا الانبهار والانجذاب بالشكل، وهذا الانبهار والانجذاب ليس قاصرًا على البسطاء أو الصغار من الرجال وإنما يمتد ليشمل أغلب الرجال مع علوّ ثقافتهم ورجاحة عقلهم.



الحب بين الرجل والمرأة:

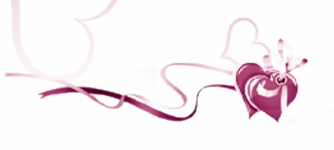
الرجل يحب بعينيه غالبًا والمرأة تحب بأذنها وقلبها، وهذا لا يعنى تعطيل بقية الحواس وإنما نحن نعني الحاسة الأكثر نشاطًا لدى الرجل وهي حاسة النظر، وهذا يستدعي اهتمامًا من المرأة بما تقع عليه عين زوجها فهو الرسالة الأكثر تأثيرًا إن أردت زوجها لها وحدها فقط.



ولع الزوجة الذكية بالزينة:

ربما نستطيع فهم ولع الزوجة الذكية بالزينة على اختلاف أشكالها لأن ذلك قوة جذب الرجل والدخول إلى قلبه وكيانه النفسي، ثم تأتي بقية الحواس: كالأذن والأنف والتذوق واللمس لتكمل منظومة الإدراك لدى الرجل، ولكن الشرارة الأولى تبدأ من العين ولهذا خلق الله الأنثى وفي وجهها وجسدها مقاييس عالية للجمال والتناسق تلذ به الأعين بالحلال وخاصة في عالم الزوجية.

* * * *



الطمع الذكوري:

إحدى صفات الرجل حيث يريد دائمًا المزيد ولا يقنع بما لديه خاصة فيما يخص المرأة وعطاءها، فهو يريد في زوجته الجمال والذكاء والحنان والرعاية له ولأولاده، والحب وكل شيء منها، ومع هذا كثيرًا ما تتطلع عينه ويهفو قلبه لأخرى، وهذا الميل للاستزادة ربما يكون مرتبطًا بصفة التعددية لدى الرجل، فلا داعي للقلق وما عليك إلا فهم نفسيته وسيكون لك وحدك فقط.



تحكمي في عصبيتك:

بداية تعلمي العدّ إلى المئة عندما يجامل زوجك أخته أو زوجته الثانية بصورة تزعجك أو يمازحها، فلا تتسرعي بردة فعلك مع أنه لا حقَّ لك في الغضب من تصرفه، لكن انتظري حتى تعودي للبيت وأحضري له وجبة يحبها وادخلي إلى قلبه عن طريق معدته، وأخبريه بأن تصرفه اليوم قد ضايقكِ رغم أنك واثقة من نواياه لكونها قريبة له أو زوجته الثانية لكن لا تفعلها أمامي مرة أخرى مع دمعتين منك ورجاء .. وسلامتك!





الأسلوب الذكي:

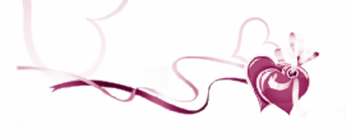
هناك عبارات قد تستخدمها الزوجة بأسلوب معين لبق وحسن، فتخفف من حدوث مشكلة، بينما نفس العبارات إذا قيلت بنمط آخر قد تثير بلبلة في العلاقة الزوجية: كأن تقول لزوجها بعد أن يهدأ: أنا أعلم بأنك كنت غضبان، لكن جرحتني..! فالزوجة الذكية تستطيع أن تتعرف على المواقف التي في العادة تجعل زوجها يهدأ وتعرف متى يمكنها التحدث معه مجددًا.



لا..:

كلمة صغيرة وسهلة النطق، لكنها تكون في بعض الأحيان من أصعب الكلمات، التي تخرج من أفواهنا، لأنها كلمة قوية ومؤثرة يمكن أن تصدم أو تؤذي مشاعر الذين نحبهم أو الذين تهمنا ديمومة العلاقة معهم، وبما أن المرأة بطبعها لا تحب أن يرفض لها الآخرون طلبًا، لذا فأنت قد تترددين كثيرًا قبل أن ترفضي طلبًا للآخرين، خاصة أن المرأة بشكل عام تشعر بنوع من المسؤولية تجاه العلاقات الإنسانية...

* * * *



الزوج المهمل:

الزوج الذي يهملك ولا يفكر بك إلا كطباخة وغسالة، لا تتذمر ولا تشكو ولا تطلب هو الذي يحتاج إلى كلمة: لا! لتجعله يفكر بك كشريكة حياة، فالزوج الذي يهينك ويسخر من شكلك وقوامك هو الذي يحتاج إلى كلمة: لا! لتضع حدًا لهذه التصرفات. إذا رفض الزوج تغيير سلوكه تجاهك يكون عليك أنت أن تغيري سلوكك تجاهه وتجعليه يدرك أن لصبرك حدودًا، وأنك إنسانة لها مشاعر وأحاسيس.



البعد الجسدي يولد بعدًا نفسيًّا:

من الخطأ الجسيم ابتعاد الزوجين أحدهما عن الآخر وقت الخصام، فهذا البعد الجسدي يولد مع مرور الزمان بعدًا نفسيًّا وجفاء ولا يشعر بغياب الآخر، وتبدأ خيوط الفراق ويبدأ كل منهما باستسهال عدم وجود الآخر في حياته، فمهما كان السبب فلا ينبغي التباعد بتاتًا.

* * * *



الحياة الزوجية:

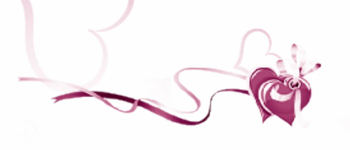
سكن وراحة وهدوء وتسامح وليست حرباً وتصيداً للأخطاء وكأنه عدو لدود، والحياة الزوجية ينبغي أن نجعلها جنة وارفة الظلال يجد فيها الزوجان الحنان والحب والابتسامة والكلمة الطيبة، والزوجة الذكية تبدأ حياتها بشكل جديد وخاصة في علاقتها مع حلالها والغالي على قلبها .. زوجها.



اجعلي زوجك يحبك:

فإن أحبك زوجك كنت له ملكة جمال العالم ولو كنت في العين عادية، وذلك بأن تغيري دائمًا من مظهرك، فالأناقة المتجددة للزوجة تسكر الزوج وتبدو له امرأته وكأنها مئة امرأة. أنصتي إلى زوجك بمحبة وإعجاب حتى لو تفاخر بنفسه كطفل صغير.. وفِّري الراحة لزوجك في بيته وكوني أنيسة وحدته وأنيسة متاعبه وهمومه.. فهناك كلمة مهمة وسهلة ورائعة تسعد المرأة وزوجها..وهي كلمة الشكر: شكرًا يا أغلى الناس!..

❋ ❋ ❋ ❋



بعد عودته من الصلاة :

أحضري له الشاي في المكان الذي يرغب أن يكون فيه وإن كان ممن يرغب أن يجلس على الكمبيوتر فشغليه له قبل دخوله، وإن كان الجو حارًا فشغلي المكيف فإن رغب بجلوسك معه .. وإلا اسكبي له الشاي واخرجي وإذا جلست فبتودد وقبلة. اطلبي ما تريدين ولا تلحي فسينفذ في يوم من الأيام.



لا يأت إلى البيت وأنتِ نائمة :

حاولي أن تكوني مستيقظة وإذا غلبك النوم فليكن في الصالة، فإذا حضر وإذا بك عند الباب تنتظرينه قد لبست الثياب التي يحبها وبالكيفية التي يريدها. ابتسمي في وجهه لا تعبسي ولا تعاتبيه على التأخر.



الأنيقة :

هي الزوجة التي لا تخضع لعناد الرجل بل تدهشه لأنها لا تصنف نفسها، إنها تعيش حرية مطلقة. الأنيقة تُشعر الرجل بالحيرة واللهفة، تشده بشخصيتها الغريبة. فهي

مزيج من الأنوثة ومن الجمال والإشراق من جهة، والاستقلالية من جهة أخرى. الأنيقة تختلف عن باقي النساء ؛ كونها لا تخضع دائمًا لعناد الرجل، فهي أيضًا لديها رأيها وطباعها ولكن تتنازل عنه لأن عناد زوجها غلط وخطير.



الجذابة الكاريزما المثيرة:

المرأة التي تتمتع بكاريزما، أو الجذابة مثيرة للغاية، تولد مع الإنسان، إنها ثقة بالنفس. الكاريزما تضفي إشراقًا على صاحبها فيبدو للغير وكأنه مهم جدًا. المرأة التي تتمتع بكاريزما تتقن فن التأثير على زوجها حتى في المجتمع والمناسبات الكبرى، كما أنها تبرع في فن الكلام إنها متكلمة من الطراز الأول.



النجمة:

لا تعرف الحدود الساحرة تلعب على الوتر الحساس المغناج.. تتصرف بذكاء.



ملكة البيوت:

هي الزوجة لا غير.. رفيقة الدرب..شريكة الحياة..أنيسة الوحدة.. مزيلة الهم.. خلقت ليسكن الرجل إليها.. مخلوق وديع..وجنس لطيف تحبه النفس وتتعلق به... وتأنس

إليه.. وتهش له.. شخصية راقية..ونفس عزيزة تحمل من المشاعر الدافقة والعواطف الكامنة والأحاسيس الدافئة والعطاء المتجدد الذي لا نهاية له، ما يجعل الكون جميلًا بوجودها، ولطيفًا معها في أجوائه وآفاقه.



همسة في أذن كل أنثى:

أن تكوني أنثى بطبيعتك فهو أروع وأجمل من أن تكوني أنثى مزيفة!. جميل أن تكسبي بعض الخبرة في حركات الأنوثة والدلع، لكن الأجمل أن تضفي عليها قليلًا من طبيعتك، وأن لا تصل إلى حد التصنّع.



معقولة:

من حقك ألا تحبي المظهر الجميل في ملبسك، لكن يجب أن تحبي الروح الأخَّاذة عندك والذات الرائعة الخلابة الجذابة. فمن الأزواج من لديه زوجة مليحة جميلة وضيئة، خفيفة رشيقة لكنها خاوية المشاعر جامدة العواطف غليظة الكلام عصبية بغيضة لا تفهم لغة القلوب ولا تفقه عالم الوجدان!

❊ ❊ ❊ ❊





سري للغاية:

لا تتحدثي عن مشاكلك الزوجية مهما كانت مع جاراتك وصديقاتك وزميلاتك عبر الجوال أو الهاتف، واحذري من إفشاء مكنونات الحياة الزوجية وما فيها من خصوصيات مختلفة سواء كانت سلبية أو إيجابية فالبيت مملكة أنتِ الملكة فيها ولا يحق لأحد معرفة أسرارها.



الطريق إلى عواطف الزوج:

كيف تدخلين لعواطف زوجك وتعملين على اللاوعي عنده وتعطينه الحب بذكاء.. وتشعرينه بالشوق الدائم؟! الآن أصبح رجُلُك بين يديك، رغبته بالتقرب منك تنمو يومًا بعد يوم، لكن تعلقه بك مازال ضعيفًا لذلك عليك أن تتعاملي معه بذكاء، تعطيه الحب على جرعات لكي يطالب بالمزيد. ويجب أن تحيطي نفسك ببعض الغموض، وتشعري زوجك بالشوق لكِ وهذه الأمور تساعدك في الدخول إلى عواطفه وخلق أوقات جميلة معًا.

* * * *



لا تنسي عنصر التشويق!

عندما يشعر زوجك بالذي ينتظره منك أو كيف ستتصرفين، تفقدين سيطرتك وسحرك وسلطتك عليه. لذلك دعيه في حالة قلق دائم، يتساءل ما الذي سيحصل الآن؟ وكأنه يشاهد فيلما محافظًا، ويتشوق لمعرفة النهاية.

كوني مثل شهرزاد عندما تزوجت من الملك شهريار، وراحت تروي عليه القصص وتؤجل النهاية لليلة المقبلة وهكذا دواليك لكي لا يقتلها، وذلك لمدة ثلاث سنوات فعفا الملك عنها.



ليكن كلامك هدوءًا لا ضجيجًا:

من الصعب جدًا حث الآخر إلى الاستماع إليك، لأن كل إنسان مأخوذ بأفكاره ورغباته. لاجتذابه إليك يحسن التحدث معه بأمور تستهويه وتهمه، تكلمي بإحساس، اجعلي كلامك معسولاً، هكذا يفقد كل رغبة لمقاومتك وعليك اختيار نوعية كلامك. الفرق بين الكلام العادي والكلام المغري تمامًا مثل الفرق بين الضجيج والهدوء. اهتمي بسحر البساطة حرارة العلاقة لا تتطلب مجهودًا كبيراً، فالتلويح البسيط هو الذي يسحر

ويدخل القلب.

عليك لفت انتباه زوجك برقة وخفة، بتقديم الهدايا الشخصية، تبين مدى الوقت الذي قضيته في اختيارها. التفاصيل هي الأهم، فهكذا يشعر بمدى أهميته عندك، عندما يراك تتصرفين بلطف ودقة.



حرارة العلاقة الزوجية:

تكون من حيث شخصية المرأة فإن كانت الزوجة عاقلة ومتعلمة وما تزعل بسرعة! استطاعت أن تهيئ جوًا من السعادة والرضا لزوجها كساحل البحر لا نهاية له، إضافة لسلوكها الأنثوي المليء بالرقة والدلال الذي تصطاد به زوجها.

أما المرأة غير المتفهمة فهي قادرة على تحويل حلو الحياة إلى مرارة ومرارة الحياة إلى علقم وعلقمها إلى جحيم لا يطاق فأي الاثنتين أنتِ؟.



جمال الروح:

أجمل إذا كان لديك شكوك وشعور بعدم الثقة بجسدك وحياتك الحميمة مع زوجك، ولا تعرفين كيف تقيمين نفسك في لبسك ومكياجك وعطرك مع زوجك فأنتِ تحتاجين إعادة الثقة بما سبق، فإذا ركزت سحرك على الشكل فقط، فسوف تثيرين هذه الشكوك

والمخاوف عند زوجك. لذلك استعملي سحر الروح، هكذا سوف تبهرين الغالي ودعواتي أن تكون حياتكما سعيدة!



بين البرودة والحرارة:

الغلط الأكبر في العلاقة يكمن في أن تظهري كامل طيبتك لزوجك في البداية هذه الطيبة تسحر الآخر، لكن مع الوقت سوف يمل، لذلك أحيطيه بلطفك، ثم غيري الاتجاه ولا تهتمي به، يمكنك إثارة فراق، وسوف يشعر بفراغ في حياته، ومن ثم مصالحة واعتذار. يجب أن يكون في ارتباك دائم، ما بين الخوف من خسارتك، والفرح بوجودك، تأرجحي بين البرودة والحرارة .. هكذا تشغلين أفكاره وأحاسيسه.



ابعدي عنه:

دعيه يشعر بأنك مللت، دون البوح له بشيء. حركي غريزته الرجولية لكي يعود إليك بأقصى سرعة.

الهدف: هو أن تدعيه يعود بكامل إرادته بمجرد أن يفكر بأنك تراجعت، تتحرك بداخله روح الامتلاك وغيرته. اعملي فقط على أحاسيسه النائمة بحضورك المثير له وسبحان الله! هذا الأمر لا ينجح إلا في العلاقة الحميمية بين الزوجين للارتياح الكبير والسكن والمودة.



الإبداع المبرمج:

بعض الأحيان تشعرين بأن زوجك يرغب بك فعلًا لكنه ليس مستعدًا بعد لتقبل الفكرة، هنا عليك أن تنسي طيبتك ولطفك وفروسيتك، وأن تعتمدي على القهر بالحركة الجريئة. لا تدعي الآخر يفكر بالنتائج، لا تتراجعي، عليك أن تهاجمي وأن تكوني ساحرة وليست دبلوماسية. هذا التصرف يجب أن يكون سريعًا وغير مبرمج، لكي تؤدي الخطوة إلى النتيجة المرجوة بنجاح وتكسبي الأجر من اللّه على إعفافه.



بصراحة:

مما يقتل حرارة العلاقة الزوجية وجمالها عناد الزوجة الذي هو سمة أصيلة فيها وهو أصعب أنواع العناد، استمدته من مراحل حياتها الأولى نتيجة تربية خاطئة، بتلبية كل مطالبها تحت سيف العناد، فتكبر معتقدة أن العناد أسلوب ناجح لتحقيق المطالب، أو أنها نشأت في بيت تتحكم فيه الأم وتسير دفته، فتحاول أن تحذو حذو أمها .. في بيتها ومع زوجها. ليتك تراجعين حساباتك وتعترفين بالأخطاء.



هل زوجي يحبني؟

في بداية الحياة الزوجية يكون الزوجان سمنًا على عسل ثم تتغير أحوالهما فجأة، وتتقطع الأوصال، فلا هي تتحدث معه برقة وحنان وضعف أنثوي ولا هو يغدق عليها عذب الكلام ولا يمدح اهتمامها به ولا جاذبيتها، وفي مقابل ذلك كله ينقلب الأمر من كلا الطرفين إلى السخرية من الوزن الزائد والشخير أثناء النوم والمطاولة أحدهما على الآخر بالكلام الجارح.



انزعي فتيل الانفجار:

مواجهة الغضب بالغضب مثل مواجهة النار بالوقود وإذا كان غضب زوجك نارًا فاسكبي عليها من ماء الحب والصفح ما يطفئه، اصمتي فالتعجل بالحديث وقت الانفعال مخاطرة غير محسوبة العواقب،لا تحاولي إقناعه بالمنطق وقت الغضب،فليس لدى الغاضب المشتعل متسع لهدوء المنطق،فإذا هدأ فعودي معه إلى ما كان لتراجعيه بهدوء بعد أن تنزعي من القنبلة فتيل الانفجار.







صفات سيئة:

ربما ورث زوجك من أيام عزوبيته صفات سيئة ولعل أكثرها انتشارًا حب النظر إلى الحرام. اغمريه بالمحبة ووجهيه إلى الله برفق، وساعديه في استبدال إخوان الصلاح برفاق السوء، واملئي فراغ وقته باللذة الحلال والعمل المنتج، ذلك هو خير ما تقدمينه له ولنفسك. لا تتصنعي حبه واحترامه بل ليكن صفة ملازمة لك. وربي يسدد خطاك ويسعدكم دوم ودوم .. آمين!.



ما الذي يريده الرجال في مراحل متعددة؟!!..

هل يبقى الرجال مهتمين بالمظهر الخارجي للمرأة أم أنهم بعد عمر معين يبدؤون بإدراك مواطن الجمال الأخرى عند المرأة وهي كثيرة جدًّا وتتعدى الجمال الخارجي؟ السؤال: ماذا يريد زوجك منك في عمر العشرين وعمر الثلاثين وعمر الأربعين. أما ما بعد الخمسين. فكلنا نعرف ماذا يريد؟



الأزواج في العشرينيات:

يكون تركيزهم منصبًّا بشكل رئيسي على الجمال الخارجي للمرأة، وتكون معظم دوافعهم للتعرف على النساء بالعلاقة الحميمية فقط، ويكون دور المرأة في حياتهم مجرد وسيلة لإشباع رغباتهم الفطرية. كذلك يكون الرجال في هذه المرحلة العمرية غير مكتملي النضوج على الصعيد العاطفي مما يجعل اهتمامهم منصبًّا على المظاهر من دون أن يعيروا الجمال الداخلي الكثير من الاهتمام.



الأزواج في الثلاثينيات:

يبحث الرجل عن الاستقرار بشكل كبير ولا تعود الأمور الصغيرة تثير اهتمامه وخاصة في موضوع علاقاته العاطفية، إذ يكون بحثه عقلانيًّا ويصبح تركيزه منصبًا على إيجاد شريكة حياته دون التركيز على الجمال الخارجي كأساس، وهنا يأتي دور المرأة الذكية والتي تشكل ندًّا فكريًّا للرجل هي فيما يثير اهتمامه من بين النساء، وبهذا ينتقل تفكير الرجل من الجمال الخارجي إلى مرحلة الاستقرار العاطفي..





الأزواج في الأربعينيات:

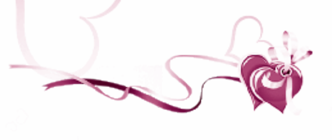
تختلف النظرة قليلًا فيكون الرجل بحاجة إلى امرأة توفِّر له الرعاية والحنان حيث إنه في هذه السن من المفترض أنه حقق النجاح على صعيد العمل وبحاجة إلى من يشاركه شعوره بالسعادة بتحقيق هذا الإنجاز. كذلك عند الوصول إلى هذا العمر يتوقف الرجل عن إعطاء جلِّ اهتمامه لشكل المرأة الخارجي ويصبح تركيزه على من تشاركه همومه وطموحاته ليكون زوجًا مثاليًّا عند الناس.



مراهقة ما بعد الأربعينات:

المرأة بعد بلوغها ثلاثين سنة تكون كاملة النضوج حتى في الجسم والعلاقة العاطفية، فأنصحك ألا تأخذك تربية الأولاد عن زوجك فهو الآن بأشد الحاجة لك، وعندك القدرة على كسب إعجابه حسيًّا وعاطفيًّا إلا إذا أهملت الاهتمام بنفسك وجمالك وأناقتك وأصبحتِ تهتمين ببطنك، فهنا لا تلومي زوجك إذا هرب منك!

❋ ❋ ❋ ❋



تجربة زوجة :

المقادير:

- حزمة جرجير.
- ٢ حبة متوسطة طماطم شرائح.
- ١ حبة صغيرة بصل شرائح.
- ٣ملاعق كبيرة خل أبيض.
- ٣ ملاعق كبيرة عصير ليمون.
- نصف ملعقة صغيرة ملح.
- ربع ملعقة صغيرة فلفل أسود.
- الطريقة: اغسلي الجرجير ولفيه في فوطة مرطبة بالماء ضعيه في الثلاجة مدة ساعة، ثم قطعي الجرجير مع الطماطم والبصل واخلطي البقية معها وقدميها باردة لزوجك.

❋ ❋ ❋ ❋



المرأة في الحب والعاطفة:

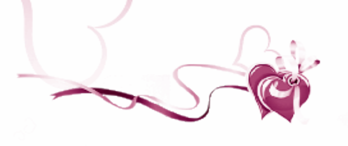
كموج البحر، كذلك فإن الرجل في علاقته مع المرأة أمر آخر، فهو يقترب جدًا من المرأة ثم يبتعد بلا سبب، ثم يقترب مرة أخرى.. نعم قد تفاجأ المرأة عادة عندما تلاحظ أن زوجها يبتعد قليلًا رغم قناعتها بمحبته وتقديره لها، والذي يجب أن تعلمه المرأة أن الرجل لا يقرر ذلك عمدًا وعن تخطيط، وإنما هي صفة تلازمه، وهي جبلة خلقه الله عليها فشكرًا لكل زوجة متفهِّمة.



في قلب المرأة:

تضيع الأبجديات.. تصبح الدنيا هووهو.. وهي من غير شريك ليس إلا هي..! مذهلةٌ هي المرأة عندما تلبس ثوب الحب.. فلا يبقى فيها ذرة تجمع حبًا مع كره..!! فالغوص في بحار التأنيث..! هلاك لمن لا يجيد السباحة.. وقلةٌ هُمْ من يعرف الغوص.. كم أتمنى أن يكون قلب الزوجات أقوى.. وتعيد حساباتها في عاطفتها بشكل أفضل..! آسف لصراحتي، وأعتذر إن بالغت.

* * * *



الصفات النفسية للرجل عمومًا:

إن من الصفات النفسية للرجل عمومًا أنه عندما ينزعج فإنه لا يتكلم أبدًا عما يشغل باله، وبدلًا من أن يدخل أحدًا في مشكلاته فإنه يلزم الصمت ويعتزل الناس في 'الكهف'؛ ليفكر في حل مناسب لهذه المشكلات، وعندما يجد الحل فإنه يخرج من عزلته ومن الكهف وهو أكثر سعادة وبهجة. وعلى المرأة أن تفهم أن أي ابتعاد للرجل عنها ليس دليلًا على عدم الحب والرعاية، بل يمكن أن يكون أمرًا آخر.



أصارحه بكل شيء أم أخفي عنه كل شيء!..

سؤال معقد يطرحه كل طرف من طرفي العلاقة الزوجية على نفسه، يبحث عن إجابة تفك طلاسم حيرته وتقوده إلى حل سحري لصداع مزمن يؤرق عقله وقلبه.. هل أخبر شريك حياتي بكل تفاصيل حياتي أم أجعل لي عالمي الخاص الذي لا يشاركني فيه سواي؟!. من وجهة نظري لا تخبري زوجك بأسرارك ولا حتى رصيدك بالبنك ولا أسماء صديقاتك.





صدقوني .. متحابان ولكن!

عندما تثق المرأة في قدرة زوجها، فإنه يصبح أكثر رغبة في رعايتها وخدمتها، وكذلك عندما يقوم الرجل برعاية زوجته فإنها تصبح أكثر قدرة على الثقة العميقة به وبإمكاناته. فقد تحتاج المرأة أن تشعر بأن زوجها يستمع إليها ويفهمها، ويصغي إليها وإلى مشاعرها وعواطفها، لكن المشكلة أن الزوجة الغالية لا تريد إلا أن يكون زوجها لها كله، أو إلى الجحيم هو ومن معه.



لا تحزني فهذه حالة طبيعية من زوجك:

أحيانًا يصبح الزوج عصبيًا.. فظًّا.. سهل الاستثارة.. ينتظر حدوث أدنى مشكلة ليخرج من المنزل... فتغضب زوجته.. وبعد برهة.. أو حتى ساعات.. يعود إلى وضعه الطبيعي.. وكأن شيئًا لم يكن.. تنتظر زوجته منه أن يعتذر أو حتى يقدم لها سببًا لما حدث.. وهو لا يفهم.. تلك العجرفة من زوجته... مما يزيد الأمور سوءًا فنصيحتي ألا تحزني فهذه حالة طبيعية من زوجك!

❊ ❊ ❊ ❊



حفظ السر:

قال علي بن أبي طالب – رضي الله عنه – : سِرُّكَ أسِيرُك، فإذا تكلَّمتَ به صرتَ أسيرَه..!

احفظي سِرَّك أختي مهما كان ولا تجعلي نفسك أسيرته، واعلمي أنَّ سِرَّكِ هذا إنْ كان خيرًا فقد تُحسَدين عليه وإنْ كان شَرًّا فقد تُفضَحين به. فخُذي حذرك فلن تخسري شيئًا من الكتمان، ولن تكسبي شيئًا من البَوْح به.. فكري في كلامي جيِّدًا.



يحترق قلبها في صمت:

ما أن يبدي الزوج ملاحظته على زوجته في زيها..أو طريقة كلامها.. حتى تبادر بالتغيير إرضاء له ولكن يحترق قلبها في صمت.. حينما لا ترى منه هذا الاهتمام.. بل تراه عنيدًا أحيانًا.. الزوج لابد من أن يحس بالقبول (الموافقة على كل ما يطرأ) من زوجته إذا أحس بالقبول ارتاح كثيرًا ولم تعد مسألة التغيير تمثل له شيئًا.

❊ ❊ ❊ ❊



هذه الحالة لا مفر منها:

أحيانًا الزوج يصاب بحالة (عاطفية) .. هذه الحالة لا مفر منها.. تأتي وتمضي فالزوج بعد فترة من الزواج يحس بفقدان التوازن.. أو بمعنى أدق بالفتور .. ويكون بحاجة لأن ينفرد بنفسه قليلًا يدخل إلى أعماقه ويغلق عليه أبواب كهفه.. والويل كل الويل لمن يقترب.. وهذا هو سر المزاج العصبي.. وبعد أن تنتهي الحالة العاطفية المشار إليها.. يعود وكله حب وشوق إلى زوجته.



كعكة الحب:

- كيلو من الحب.
- كوبان من الإخلاص.
- فنجان من الحنان.
- ٣ ملاعق من التفاهم.
- ربع كوب وفاء.
- فنجان من الصفاء.
- ملعقتان من الابتسامة.

- ملعقة صغيرة من الغيرة.
- ٣أكواب من الفرفشة.
- ذرة بسيطة من المجاملة.
- أربع ملاعق من الصدق.
- فنجان صغير من المدح الجميل.
- ٣أكواب من المدح العائلي.
- ملاحظة: أزيلي جميع القشور المحروقة من حقد وخصام ثم قومي بتغطية أماكنها بدريم ويّب المستخلص من محبة زوجك لك.



خطة:

ضعي في الخطة بنودًا واضحة تتضمن العطر وتسريحة الشعر والملابس التي تتكدس في خزانتك ولم ترتديها منذ زمن.. لا تنتظري حتى يصيبها العفن، ابدئي بارتدائها من الآن.

إذا كان زوجك اعتاد رؤيتك في حالة شغل وحركة واعتناء بالأطفال فقط، فاجعليه يرى منك وجهًا آخر، وجه المرأة، ومؤكد أنك لست بحاجة إلى من يفهمك: كيف تفعلين ذلك؟ فلديك من الذكاء ما يكفي لتتصرفي على النحو الذي ينعكس على جاذبيتك تجاه زوجك.



رصاص سوء الظن:

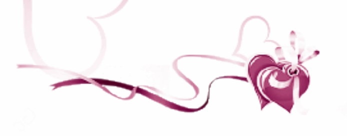
حين يتسرب سوء الظن لأي زوجة فإن ذلك نذير لدخول القلق والهموم والآلام النفسية إليها.. فكثير من الزوجات يعانين من هذه المشكلة دون أن يشعرن بذلك فتجدينها تسيء الظن بكل كلمة يقولها الزوج وبكل تصرف يتصرفه، فتعكس مراده وتفسره حسب ما ترى وتطلق عليه رصاصات الاتهامات القاتلة!! فمثلًا اعتذاره عن الذهاب لمناسبة في بيت أهلها لأي ظرف قاهر تفسره على أنه عدم احترام لأهلها وهذا سوء ظن.!



قنبلة العناد:

العناد هو قنبلة الحياة الزوجية المدمرة، وهو أكثر الوسائل سرعة وفعالية لتفجير مشاعر الحب والمودة وتحويلها إلى كره وانتقام.. فمعه تتعقد المشاكل البسيطة وتزداد الآلام وتكبر الفجوة وتشتد الخلافات.. راقبي تصرفاتك جيدًا..وعودي نفسك على التسامح والصفح وأن تكوني هينة لينة. فالتسامح ليس ضعفًا بل حكمة.

* * * *



المرأة الضعيفة:

أخطر على أسرتها وأطفالها من المرأة القوية في بعض الأحيان، فالضعف وتقبل وضع الذُّل والهوان يجعل المرأة تحتقر نفسها ولا تستطيع الدفاع عن حقوقها، وغالبًا ما تكون قدوة سيئة لأبنائها لأنها لا تستطيع حتى الدفاع عنهم.

المرأة الضعيفة التي تطيع زوجها لا حبًّا ولا احترامًا بل (خوفًا) منه ومن عقابه، لا يمكن أن تشعر بالحب له ولا بحبه لها ولا نعني أبدًا بالضعف أن تكون المرأة مطيعة لزوجها محترمة له قائمة بكل حقوقه ولكن ما نعنيه هو تقبلها لإذلالها وظلمها أو حرمانها من النفقة أو غير ذلك مما يجعل حياتها وكأنها أسيرة حرب لدى عدو ظالم!! إذا كنت ضعيفة.. فكري جيدًا في وضعك وحياتك.. هل أنتِ راضية عنها؟؟ هل تحتاجين إلى تغيير ردود أفعالك وطريقة تصرفاتك؟؟ فكري بعقل وحكمة! فهي قد أوقعت نفسها في حفرة مظلمة.

❋ ❋ ❋ ❋



تعلمي كيف تسامحين:

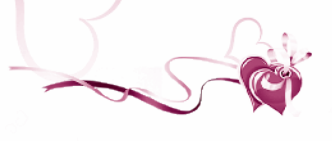
يحدث أن يُخيب زوجك آمالك فيه.. قد يتهرب من المسؤوليات ويبقى خارج المنزل.. لا تقرري أن تحزمي حقائبك وتغادري المنزل قبل أن تدينيه. حاولي أن تفكري وتتفهمي فهذا هو السبيل الوحيد لأن تغفري له، حتى وإن لم تنسي ما فعله تمامًا، ومع الوقت فإن الجرح يشفى وتبقى آثار بسيطة. المهم ألا يكون في قلبك حقد أو كراهية له.



احذري الفضفضة!

تحمُّل الحياة الزوجية معاني مشتركة يفهمها كلا الشريكين، ولكن وجود طرف ثالث يعقد الأمور ويجعل العلاقة تأخذ منحنى آخر غير متوقع قد تنتهي أحيانًا بالانفصال بسبب أقرب الناس إليهما، وما يحدث غالبًا هو لجوء الزوجة بعد أي خلاف لشخص آخر بحجة ما يسمي بالفضفضة مع الأم أو الصديقة المقربة وفي الحالتين تكون أسرار البيوت مشاعًا للجميع، ومع التوتر تخرج أسرار لا يحق البوح بها.

❋ ❋ ❋ ❋



الأسرار الزوجية:

أنواع منها يتعلق بالأمور والمشاكل الحياتية التي تتسرب من أحد الطرفين إلى الأهل، ومنها ما يتعلق بالحديث عن أسرار الفراش التي غالبًا ما يكون إفشاؤها مقتصراً على الأصدقاء وكلاهما كارثة أخلاقية ودينية. فالزوجة موطن أسرار الزوج وأقرب الناس إليه، وإذا كان إفشاء السر صفة ذميمة من أي شخص كان، فهو من الزوجة أعظم وأقبح.



كوني حريصة:

ألا يكون هناك تدخلات في حياتك الشخصية بالمحافظة على خصوصياتك، لأن بسردك تفاصيل حياتك الخاصة أمام الأخريات، تكونين كمن يعطي الضوء الأخضر بالتدخل، أما إذا كانت علاقتك بهن متوترة، فأنت تعطيهن سلاحًا قد يستعملنه ضدك فيما بعد، لهذا يتعين عليك أن تتركي دائمًا مسافة احترام بينك وبينهن.

* * * *



أنتِ ووالدك:

هناك بعض الآباء يقحمون أنفسهم في حياة البنات المتزوجات بهدف الاطمئنان أو كنوع من الوصايا ؛ نتيجة تعودهم على التدخل كأنه حق من الحقوق، الأمر الذي يزعج الزوج أو الزوجة ويشعرهما بأن حياتها خالية من الخصوصية، في هذه اللحظة يجب التصرف بذكاء على أن يكون الأمر تدريجيًّا حتى يتكيف الأهل على الوضع الجديد. ولا بأس بخطة مشتركة بينك وبين زوجك ضد فضول والدك.



أسرار العلاقة الحميمية:

يجب الابتعاد عن ذكر نهائيا لأي مخلوق كان إلا إذا كان ذلك في حالات الضرورة كالاستفتاء أو العلاج، لأن الحديث عن هذه العلاقة ينافي الستر، الذي نبه له النبي عليه الصلاة والسلام حين قال: "إذا أتى أهله أغلق بابه وأرخى ستره " كما أن حفظ سر الزوج عمومًا، وسر الفراش خصوصًا، دليل على صلاح الزوجة وكمال عقلها، قال تعالى: ﴿فَالصَّالِحَاتُ قَانِتَاتٌ حَافِظَاتٌ لِلْغَيْبِ بِمَا حَفِظَ اللَّهُ﴾. فقد حذر النبي ﷺ الصحابة رضوان الله عليهم، ونحن من بعدهم من خطورة إفشاء أسرار الفراش فقال: " لعل

رجلًا يقول ما يفعل بأهله، ولعل امرأة تخبر بما فعلت مع زوجها ". فأرم القوم (يعني سكتوا)، فقامت امرأة فقالت: إي واللّه يا رسول اللّه، إنهنَّ يقلنَ، وإنهم ليفعلون. قال: "فلا تفعلوا، فإنما ذلك مثل شيطان لقي شيطانة في طريق فغشيها والناس ينظرون". (رواه أحمد والطبراني).



أسئلة الاستكشاف:

هل تشعرين بالاكتئاب؟ هل تغضبين بسرعة وسهولة؟ هل تشعرين بضيق الوقت؟ إذا كانت إجابتك على أي من الأسئلة السابقة بنعم، فذلك معناه أنك غير مطمئنة في بيتك وعلاقتك الزوجية. فقد أشارات الإحصاءات إلى أن ٢٢٪ من الرجال و٨٨٪ من النساء يعانون منه في حياتهم من وقت إلى آخر فانتبهي لنفسك وارحميها.. وابحثي عن المستشار الصادق قبل فوات الأوان.



ما الحل في هذه الحالة؟

قد يكون زوجك من النوع الذي لا يجيد فن إلقاء النكت ولا إشاعة جو الدعابة، أو إضفاء المفاجآت السارة على الحياة الزوجية، أو ربما يكون من النوع الذي يحمل دائمًا الأمور على محمل الجد، أو كثير التعلق بالأصدقاء والاستراحة؛ فما الحل في هذه

الحالة؟!... إن كثيرًا من الناس لم يولدوا بطبعهم مرحين، ومع هذا فإنهم يجدون متعة ومرحًا كبيرًا، ويطلقون الضحكات عندما يجلسون في جو مرح ضاحك لكن من صنع أزواجهم.



الزوجة الطيبة:

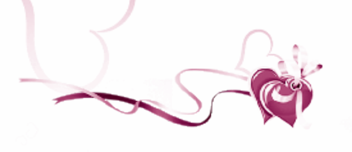
صاحبة القلب الكبير لا تحمل الحقد والحسد على زوجها فهي أصلا لا تعرف الكره والشر بل تحس بالحب وبكل ما هو جميل في حياتها.. كيف لا... وهي شخصية متسامحة.. كريمة... مخلصة.. راضية... حنونة.. سريعة الانكسار... قلبها ينبض حبًا للآخرين وخاصة زوجها.. هنيئا لكل بيت مطمئن توجد فيه مثل هذه الزوجة الطيبة..



حور مقصورات في الخيام:

الحور: المرأة الشابة، الحسناء الجميلة، البيضاء، شديدة سواد العينين، يحار فيها الطرف من رقة الجلد وصفاء اللون! فاسألي ربك من فضله وواسع عطائه.

* * * *



البسمة:

- عنوان الرقة والذوق السليم فاجعليها ملازمة لك!!
- ابتسمي عند مصافحة زوجك أثناء اللقاء والوداع.
- ابتسمي عند الاستئذان.
- ابتسمي عند السؤال عن شيء.
- ابتسمي عند تقديم الشكر، وعند تقديم الطعام.... وغيره من المواقف اليومية التي لا تتكرر.
- حتى في حلمك ابتسمي له..
- بل إذا استيقظت من النوم ووجهك في وجهه ابتسمي له.



كوني سعيدة:

عندما تشعرين بالحزن بتذكر أيامك السيئة مع زوجك تذكري الأوقات التي كنت فيها سعيدة جدًا، والمرة الأخيرة التي حققت فيها فرحًا كبيرًا مع زوجك الغالي، فهذه الذكريات ستجعلك تشعرين بالاسترخاء في تنفسك وعضلاتك ويؤدي ذلك إلى إفراز مواد كيماوية تعزز مشاعرك فتكوني سعيدة وراضية عن نفسك، وكل ذلك يجعلك في قمة السعادة.. جربي ولن تخسري.



في يوم عيد الفطر المبارك:

القلق والإرهاق والتفكير في نهاية الخلافات الأسرية أو الزوجية وما يتبع ذلك من العصبية الزائدة، كلها من سمات هذا العصر القبيح وإيقاعاته المؤلمة.. لكن لماذا نترك هذه الأشياء تسيطر على حياتنا اليومية؟ لماذا ندعها تعكر صفو حياتنا؟ وكيف يمكننا السيطرة عليها؟ إلى متى العيد تلو العيد يفرقنا ولا يجمعنا؟!



أفصحي عن حبك له:

ما أجمل أن يعلم المحبوب بهذه العاطفة الجياشة التي تكن عظيم حب وعظيم مودة له، فهو أدوم لعلاقة شرعية شريفة يختلط بها الحب السامي الإيماني لزوجين قد سكنا عشًا واحدًا وكان لهما ذرية وأبناء.

إن الإفصاح عن هذا الحب بين الزوجين يزيد في المودة والألفة ولتدوم عشرة يظللها نسمات حب عطرة ويغشى سماءها هدوء وسكينة ويتلقى أبناؤها دروسًا في الحب على منهاج النبوة فلا تزيغ أبصارهم ولا تنحرف فطرتهم.

* * * *



غرفة النوم:

مسؤولية الزوجة وحدها.. فلا يحق لأحد كائنا من كان أن يهتك أسرارها ولو كان أقرب الناس كأم الزوجة وأختها.. فهي ملكة الأسرة وغرفة نومها العرش الذي تتربع عليه وترتاح فيه هي وشريك حياتها.. لكن للأسف تنازلت الزوجة للشغالة بأن تدخلها متى ما تريد.. وتطلع على أمور حقها السرية وعدم النشر وكأن الشغالة جماد لا شهوة عندها ولاشعور! وأعتذر للصراحة لكن راجعن أنفسكن..



الرجل الحقيقي يخاف الرفض:

نعم إنها حقيقة. أغلب الرجال يشعرون أن المرأة تنتقدهم كثيرًا، لذا يخاف الرجل إذا كشف سره أو ما يجول في خاطره سوف تنتقده وتذله. عندما يكون في حالة البوح فهو يلتمس ويحتاج إلى الاعتراف والرجوع إليك. فإذا شعر بأنه سوف تحاسبينه أو ستتغير نظرتك له بعد الاعتراف، فتأكدي أنه لن يتكلم وسيرفض البوح فكوني حذرة!

❋ ❋ ❋ ❋



أعطيه الثقة:

هناك إفشاء أسرار متبادلة مابين الشريكين، كل واحد لديه مشاكل. الكثير من الرجال يعتقد أنه بإفشاء مكنونات صدره سوف تتركه زوجته، لذلك عليك إعطاءه الثقة. فعندما يبدأ في سرد أسراره، استمعي جيدًا لما يقوله، خذي خطوة للخلف واعرضي شيئًا إيجابيًّا. عندما يبوح لك بأسرار شخصية، قولي له مثلًا: طيب، هذا ليس سيئًا غيرك قام بالأسوأ أو: أنا فعلًا معجبة بما قمت به من تصحيح الخطأ..



كوني في صفَّه وليس ضده:

الكثير من النساء يستمعن لأزواجهن فيكون ردهن سلبيًّا بشكل حاد؛ مع أن الزوج قد أعطاها أسراره التي عادة لا يبوح بها. لذلك تأكدي من أن تكوني في صفَّه وليس ضده. فهذا ليس الوقت المناسب لتعليمه الصواب ولكنه الوقت المناسب لتكوني صديقته. عندما تتكون صداقة بين شخصين فإنهما يرتاحان أحدهما إلى الآخر وحينها كنت زوجته وصديقته وكاتمة سره فألف ألف مبروك لك.



لماذا يهرب الزوج؟...

لتسمح لي الزوجة بأن تتأمل في حالها ومعاملتها لزوجها فسترى العجب، فما كأنه زوج وما كأنه يوم زواجهما أهداها قطعة ذهب براقة لا وبل ألبسها إياها، لا وبل نظر إليها نظرة حنان وحب، لا وبل قد كان في زمن يستحيي منها أن يبدو في مظهر غير لائق، كان لا يرد لها طلبًا. إذن ما الذي حصل؟ الإجابة باختصار: انشغلت زوجته عنه أو أشغلته بمشاكلها وطلباتها التي لا تنتهي فترك البيت لها.



البسي لزوجك أجمل الثياب:

ليس أجملها فحسب بل البسي له كل ما يشعره أنه يمتلك كنزًا غاليًا. البسي ما شفَّ وما وصف. نعم أليس زوجك؟ أليس خليلك!! ألم تتساءلي يومًا إلى متى أظل أنتظر منه أن يطلب مني لبس هذا أو ذاك؟ إلى متى أظل أحرمه مما أحل الله له النظر إليه؟ أليس الزواج عفة عن الحرام.

سألت زوجة شيخًا في برنامج إفتاء: ماذا يجوز أن ألبس لزوجي من الثياب؟ فقال: يجوز لك ألا تلبسي له أي شيء، ثم ابتسم!

- الأسود: لون رائع يعتبره مصممو الأزياء اللون السحري، فمن المحبب أن ترتديه عندما تمضين مع زوجك أمسية مختلفة هادئة ،فهذا اللون يجعله يشعر أنك أكثر جمالا وتشعين تألقًا وروعة.

- الأحمر: يمنحك إحساسًا بالدفء وينشط الدورة الدموية، ارتديه عندما تشعرين بانخفاض مستويات الطاقة بداخلك فيزيدك حيوية وينعكس في الوقت نفسه على زوجك فيراك أكثر شبابًا ومليئة بالطاقة والحيوية حتى وإن كنت تعديت سن الأربعين عامًا.

- الأخضر: احرصي على أن تضميه إلى خزانة ملابسك، وارتديه عندما تشعرين بالقلق أو في حالة وجود غيمة تعكر صفاء العلاقات بينك وبين زوجك، فهو يخفف من حدة التوتر كما يخفف من الإحساس والإرهاق لارتباطه بالطبيعة.

- الأبيض: لبس الأبيض يشع صفاء ونقاء ويعكس ملامحك الطفولة، ويظهرك أمام زوجك طيبة بريئة لا تعرف المشاكل.

- الوردي: لون شديد التأثير على الرجال فهو ينمي المشاعر الإيجابية بين الزوجين ويزيد من الارتباط العاطفي، وهو لون مثير للانتباه ومحفز قوي للمشاعر،وننصح أن ترتديه المرأة عندما ترغب في جذب انتباه زوجها.

- الأصفر: عندما تحتاجين للصفاء الفكري ورؤية الأشياء بواقعية وتحديد نقاط تميزك وإخفاقك مع أسرتك. ارتديه .. فهو يساعدك على ذلك لأنه يخلص الجسم من السموم والشوائب المعنوية.

- الرمادي: تجنبيه إن كنتِ تعانين من فتور أو برود في علاقتك مع زوجك،لأنه لون بارد ويزيد الفتور بين الزوجين وللتغلب على ذلك عليك بالألوان النارية لتحريك مشاعر زوجك.

- الأزرق: لون الاسترخاء ويخفض درجة حرارة الجسم درجتين وننصح المرأة بارتدائه لقضاء نهاية الأسبوع في مكان هادئ، والدرجات الفاتحة منه تشعرك بأنكِ جزء من الفضاء والبحر مما يضفي عليك حالة رومانسية تنعكس فيما بعد على زوجكِ.

- البنفسجي: جميل وناعم، ارتديه في وقت العصر لارتباطه بالهدوء، لكن ابتعدي عنه إن لم يكن مزاجك مرتاحًا تمامًا لأن كثرة النظر إليه تحرك الكآبة والحزن.



أحاكي الزوجة المحبّة:

عندما يكون هناك سوء تفاهم بينها وبين زوجها، تشعر بأن الدنيا تضيق على سعتها والكون كله على رحابته لا يحملها كيف لا والحبيب لا يكلمها وجو مشحون يسود عشهما الذي كان بالأمس ناعمًا هادئًا!! حين يعود من العمل لا لقاء حار كما كانت تنعم به سابقًا، تنتظر بتلهف أن يعتذر لها أو يلطف الجو معها.. ما ألوم هذه الزوجة لكن ارحمي نفسك.. وكوني أنتِ المبادرة لأنك زوجة محبة!!..



عندما يأتي الليل:

وتهدأ النفوس وتستقر الزوابع وتحن الأرواح..اقصديه.. ففي أمامه بكل حزن.. حب.. خضوع.. رقة.. وبأجمل لباس.. ناديه باسمه أو باسم محبب كـ (حبي، قلبي، عمري.....) ولا تناديه بـ (أبي فلان) ؛ لأن هذا الاسم يكون في مواطن الاحترام فيها سيد الموقف.. وسيد الموقف هنا هو... مستجيرٌ من نار الهجر!! ضعي كفيك في كفيه.. انظري في عينيه.. أطلقي العنان لأنواع الاعتذار مما حصل منك.



فن الاعتذار:

اطلبيه بكل براءة وتواضع: (سامحني يا... فلم أكن أقصد إزعاجك، أرجوك لا أستطيع النوم وأنت هكذا). أشعريه بأن قلبك هو من يعتذر وليس الأمر مجرد تسميع أجوف لما تسمعين وتقرئين.. استخدمي كل طريق إليه.. سمَعه بكلام عذب وصوت رقيق آسر.. وبكفين ناعمتين تضغطين على كفيه بكل رجاء أنّ حنانيك!! وحذار حذار من الإصرار على أن تكوني معذورة في فعلك أو تعودي إلى خطئك بعد أن سامحك.



اجعلي لك بصمة خاصة بك:

لا تحرمي زوجك من كتلة الحنان التي تمتلكينها وإن كان لا يريد ذلك..!! دعيه يفتقد هذا الحس ويشتاق له بعد أن تجعليه يعتاد عليه.

ستسألينني: كيف؟

كلنا لنا بصمات ولكن بصمتي تختلف عن بصمتك لا يوجد بصمة تشبهه الأخرى.. فلم تجعلين بصماتك مثل الأخريات أو قد لا يكون لك بصمة خاصة بك.. تأملي حالة الزوج المعدد يميل كثيرًا لأكثر زوجة تعطيه من حنانها وإن كان لا يعبر عن حاجته له. اجعلي لك بصمة خاصة بك قبل كل شي وبعد كل شيء.

ستقولين: فات الأوان تزوجنا من فترة وتعودنا ونسينا النسيان ماذا افعل فيما تقولينه الآن..؟! سأقول لك: بل أنت من سيشعر معها زوجها بالتغيير فمع الوقت سيشعر بالفرق وبهذه اللمسات البسيطة التي ستضيفينها لحياتك.. لتكون بصمات أنثوية خاصة بك وستجدد من المشاعر الروحية بينكما وهذا ما يحتاجه الزوجان لتعزيزه وترسيخه، يحتاجان لبصمات تعمق الحس الروحي لا الجسدي فقط.

❋ ❋ ❋ ❋



قبل النوم:

اجعلي بينكما كلمة تقولينها لزوجك الغالي لينام عليها.. أو حركة بسيطة جدا ولكن اجعليها تخرج من أعماقك فالأرواح تشعر ببعضها، فمثلا أدخلي يدك بين خصلات شعره قبل أن ينام بطريقة حنونة.. مع دعاء اللّه بأن يحفظه لك ويديم الحب بينكما، واجعليها حركة يعتاد عليها وصدقيني مع الوقت لو لم تفعلي هذه الحركة لن يرتاح بنومه إلا إذا فعلتها.



كوني مثل الزجاجة النقية:

سماعك لكلمات لا تسرك من قبل الزوج ليست نهاية العالم... فالزوجة الذكية تستطيع تحويل الغضب إلى رضا.. والحزن إلى فرح.. فكوني مثل الزجاجة النقية أمام أشعة الشمس الحارة، تنفذ من خلالك ولا تنعكس، لتحرق غيرك بل كالقوارير التي إذا ما أرسلت إليها أشعه الشمس ازدادت جمالًا وسرقت القلب بانحناءاتها وتثنيها.

❋ ❋ ❋ ❋



تحية الصباح:

كثير من الأزواج والزوجات لا يدركون أهمية تحية الصباح في استقرار حياتهم الزوجية مع أنها أحد المفاتيح المهمة للسعادة الأسرية. فمثلا ٩٩٪ من حالات الطلاق لم يكن أفرادها يتبادلون أي نوع من التحية صباحًا، وأن ٩٢٪ من الأزواج والزوجات الذين يتشاجرون باستمرار ويعيشون في تعاسة دائمة لا يدور بينهم حوار رقيق وهادئ بعد استيقاظهم من النوم.



النظرة إلى الزوج:

عليك أن تنظري إلى زوجك ليس على أنه زوج فقط، وإنما على أنه الحبيب والصديق، الأخ والأب وحتى الابن.. هذه المشاعر ستساعدك على إشاعة جو الرومانسية في حياتكما.. إن الرومانسية أسلوب حياة وطريقة تفكير تتسم بالإبداع بالجمال بالحب وبالحياة.. وتتجلى في ممارسات معينة تساهم في التخفيف من حدة الرتابة والملل وإضفاء جو حالم في عش الزوجية.







المرأة في الجنة:

- النفس البشرية مولعة بالتفكير في مصيرها ومستقبلها: لا بأس بأن تسأل النساء المؤمنات عما سيحصل لهن في الجنة من الثواب وأنواع النعيم، لأن النفس البشرية مولعة بالتفكير في مصيرها ومستقبلها ورسول الله لم ينكر مثل هذه الأسئلة من صحابته عن الجنة وما فيها ومن ذلك أنهم سألوه: الجنة وما بناؤها؟ فقال: "لبنة من ذهب ولبنة من فضة..." إلى آخر الحديث.

ومرة قالوا له: " يا رسول الله هل نصل إلى نسائنا في الجنة؟" فأخبرهم بحصول ذلك...

- إن النفس البشرية سواء كانت رجلًا أو امرأة تشتاق وتطرب عند ذكر الجنة وما حوته من أنواع الملذات، وهذا حسن بشرط أن لا يصبح مجرد أماني باطلة دون أن نتبع ذلك بالعمل الصالح فإن الله يقول للمؤمنين: " وتلك الجنة التي أورثتموها بما كنتم تعملون "، فنفس المرأة المؤمنة وخاصة المتزوجة تريد السؤال عن مصيرها في الجنة وحال زوجها أو كان معددا أو يكون هناك شيء لم يخطر ببالها.

- الجنة ونعيمها ليست خاصة بالرجال دون النساء إنما هي قد " أعدت للمتقين " من الجنسين كما أخبرنا بذلك تعالى قال سبحانه: ﴿وَمَنْ يَعْمَلْ مِنَ الصَّالِحَاتِ مِنْ ذَكَرٍ

أَوْ أُنثَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَأُولَئِكَ يَدْخُلُونَ الْجَنَّةَ﴾ بل قد تكون الزوجة أعلى درجة من زوجها في الجنة والبنت أعلى من والديها.. فذلك فضل الله يؤتيه من يشاء...

- ينبغي للمرأة أن لا تشغل بالها بكثرة الأسئلة والتنقيب عن تفصيلات دخولها للجنة: ماذا سيعمل بها؟ أين ستذهب؟ إلى آخر أسئلتها.. وكأنها قادمة إلى صحراء مهلكة! ويكفيها أن تعلم أنه بمجرد دخولها الجنة تختفي كل تعاسة أو شقاء مر بها.. ويتحول ذلك إلى سعادة دائمة وخلود أبدي ويكفيها قوله تعالى عن الجنة "لا يمسهم فيها نصب وما هم منها بمخرجين"...

- عند ذكر الله للمغريات الموجودة في الجنة من أنواع المأكولات والمناظر الجميلة والمساكن والملابس فإنه يعمم ذلك للجنسين "الذكر والأنثى" فالجميع يستمتع بما سبق. ويتبقى: أن الله قد أغرى الرجال وشوقهم للجنة بذكر ما فيها من "الحور العين" و"النساء الجميلات" ولم يرد مثل هذا للنساء.. فقد تتساءل المرأة عن السبب فنقول أن الله "لا يسأل عما يفعل وهم يسألون"...

قال الشيخ ابن عثيمين: إنما ذكر أي الله عز وجل الزوجات للأزواج ؛ لأن الزوج هو الطالب وهو الراغب في المرأة فلذلك ذكرت الزوجات للرجال في الجنة وسكت عن الأزواج للنساء ولكن ليس مقتضى ذلك أنه ليس لهن أزواج.. بل لهن أزواج من بني آدم.

- المرأة التي ماتت قبل أن تتزوج فهذه يزوجها الله عز وجل في الجنة من رجل من أهل الدنيا لقوله ﷺ: "ما في الجنة أعزب" (أخرجه مسلم).

قال الشيخ ابن عثيمين: إذا لم تتزوج أي المرأة في الدنيا فإن الله تعالى يزوجها ما تقر بها عينها في الجنة.. فالنعيم في الجنة ليس مقصورًا على الذكور وإنما هو للذكور والإناث ومن جملة النعيم: الزواج....

- المرأة المطلقة ومثلها المرأة التي لم يدخل زوجها الجنة قال الشيخ ابن عثيمين فيهن: فالمرأة إذا كانت من أهل الجنة ولم تتزوج أو كان زوجها ليس من أهل الجنة فإنها إذا دخلت الجنة فهناك من أهل الجنة من لم يتزوجوا من الرجال أي فيتزوجها أحدهم...

- المرأة التي ماتت بعد زواجها فهي في الجنة لزوجها الذي ماتت عنه وأما المرأة التي مات عنها زوجها فبقيت بعده لم تتزوج حتى ماتت فهي زوجة له في الجنة. وأما المرأة التي مات عنها زوجها فتزوجت بعده فإنها تكون لآخر أزواجها مهما كثروا لقول رسول الله " المرأة لآخر أزواجها ". (ذكره الألباني في سلسلة الأحاديث الصحيحة). قال حذيفة رضي الله عنه لامرأته: " إن شئت أن تكوني زوجتي في الجنة فلا تزوجي بعدي فإن المرأة في الجنة لآخر أزواجها في الدنيا فلذلك حرم الله على أزواج النبي أن ينكحن بعده لأنهن أزواجه في الجنة ".قال ابن القيم " إن كل واحد محجور عليه أن يقرب أهل غيره فيها " أي في الجنة.

- قد يقول قائل: إنه قد ورد في الدعاء للجنازة أننا نقول " وأبدلها زوجا خيرا من زوجها " فإذا كانت متزوجة.. فكيف ندعو لها بهذا ونحن نعلم أن زوجها في الدنيا هو

زوجها في الجنة وإذا كانت لم تتزوج فأين زوجها؟ قال الشيخ ابن عثيمين: إن كانت غير متزوجة فالمراد خيرًا من زوجها المقدر لها لو بقيت وأما إذا كانت متزوجة فالمراد بكونه خيرًا من زوجها أي خيرًا منه في الصفات في الدنيا.

- ورد في الحديث الصحيح قوله ﷺ للنساء: " إني رأيتكن أكثر أهل النار..." وفي حديث آخر قال ﷺ: " إن أقل ساكني الجنة النساء" (أخرجه البخاري ومسلم) وورد في حديث آخر صحيح أن: لكل رجل من أهل الدنيا "زوجتان" أي من نساء الدنيا. فاختلف العلماء لأجل هذا في التوفيق بين الأحاديث السابقة: أي هل النساء أكثر في الجنة أم في النار؟ الإجابة في الرسالة الآتية:

- "النساء يكن أكثر أهل الجنة وكذلك أكثر أهل النار لكثرتهن. قال القاضي عياض: " النساء أكثر ولد آدم " وقال بعضهم: بأن النساء أكثر أهل النار للأحاديث السابقة وأنهن أيضًا أكثر أهل الجنة إذا جمعن مع الحور العين فيكون الجميع أكثر من الرجال في الجنة. وقال آخرون: بل هن أكثر أهل النار في بداية الأمر ثم يكن أكثر أهل الجنة بعد أن يخرجن من النار أي المسلمات. قال القرطبي تعليقا على قوله ﷺ: " رأيتكن أكثر أهل النار": " يحتمل أن يكون هذا في وقت كون النساء في النار وأما بعد خروجهن في الشفاعة ورحمة الله تعالى حتى لا يبقى فيها أحد ممن قال: لا إله إلا الله فالنساء في الجنة أكثر". الحاصل: أن تحرص المرأة أن لا تكون من أهل النار.

- إذا دخلت المرأة الجنة فإن الله يعيد إليها شبابها وبكارتها لقول رسول الله ﷺ:

"إن الجنة لا يدخلها عجوز إن الله تعالى إذا أدخلهن الجنة حولهن أبكارا " فهذه الجنة قد تزينت لكن معشر النساء كما تزينت للرجال ﴿فِي مَقْعَدِ صِدْقٍ عِنْدَ مَلِيكٍ مُقْتَدِرٍ﴾ .



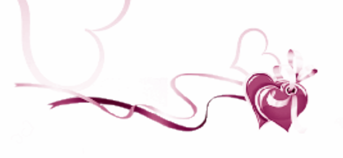
الحب فعل إرادي:

يجب أن تعرفي وتوقني أن الحب فعل إرادي، يمكننا أن نصنعه في بيوتنا، فلا نتحجج بأن الطرف الآخر يقوم بممارسات تمنعنا من حبه، أو أنه لا يقدم لنا ما يجعلنا نتفاعل معه.. يمكننا أن نصنع الحب وننشر عبقه لكل من حولنا.. ربما لن تأتي النتائج بالسرعة التي نتمناها إلا أنها ستجدي نفعًا بإذن الله...



هروب الزوج من حياته الزوجية:

من أخطر الصفات التي تدفع الزوج إلى الهروب من حياته الزوجية حرص الزوجة على اصطناع نقاط الخلاف والضرب على أوتارها رافعة شعار: (النكد أصل في الحياة!)، وهذه الصفة تدفع الزوجة إلى التفنن في (العكننة) على زوجها والحرص على التشاجر لأتفه الأسباب وإشعال نيران الخلاف المستمر بينها وبين أسيرها (زوجها سابقًا)، مما يحول الحياة إلى بيت هش سرعان ما ينهار مع أول فرصة لهروب الأسير من نكد الزوجة.



من صفات الزوجة الفاشلة :

حرصها على الندية لزوجها ضاربة بمبدأ القوامة الذي أقره القرآن الكريم عرض الحائط، فهي دومًا تحرص على أن تكون صاحبة القرار في إدارة حياتها الأسرية مستشعرة دائمًا أنها في صراع لابد أن يكون لها الغلبة فيه، متناسية أبسط قواعد طاعة الزوج والتفاهم والحوار متمسكة بحبال الغرب مستجيبة لدعاوى المساواة العمياء.



نتيجة :

قرأت معاناة كثير من الأزواج وحاولت أعرف سبب ذلك، فوجدت أن بعض الزوجات تتغافل عن مدى أهمية العاطفة وإظهار مشاعر الحب للزوج مما يشعر كثير من الأزواج بالفراغ العاطفي الذي يحاول بعضهم البحث عنه عند غيرهن. فلابد أن تحرص الزوجة بين الحين والآخر على إظهار مشاعرها نحو زوجها ويتبادلان كلمات الحب.. فليت الزوجة تراجع نفسها ولو كان الحق لها.





الحب:

كلمة.. إن صدقتَ بها.. صدقت معك.. وإن تركتها.. تركتك... تناولتَ الجوانب الأكثر إيلامًا وتداولًا.. هي الاستهتار في كلمة أحبك.. سواء في المعنى أو الفحوى أو القصد.. وبرأيي.. مفهوم الحب مازال غامضًا.. ولم أجد الشخص الذي أقنعني أنه يعيش حالة حب مثالية.. إلا في عالم الحياة الزوجية فقط.. لا تقل: إن الحب بات أسطورة... لكنه بين الأزواج أقرب إلى الواقع... على ما أعتقد.



أين تكمن أنوثة المرأة؟

في ملابسها؟ أم في كلامها؟ أم في رقتها؟ أم في جسدها الناعم؟ أم في صوتها وعذوبته؟ أم في رحمتها وعطفها؟ أم في وفائها وصدق مشاعرها؟ أم في حيائها وعفتها؟ كل ما سبق وغيره يشكل أنوثة محببة لدى الرجل ولدى النساء أيضًا. فإذا خلعت حجابها وذهب حياؤها ذهبت أنوثتها. إذا رفعت صوتها وعلا صياحها فقدت أنوثتها. إذا قست وتجبرت وظلمت فقدت أنوثتها، فالمرأة مستودع الرحمة ومنبع الحنان.

❊ ❊ ❊ ❊



الشعور بالفتور:

الشعور بالفتور بين وقت وآخر أمر طبيعي بل إن بعض الأزواج يمرون بمرحلة فتور رهيبة وسرعان ما يرجع الحب والدفء بينهما. فالتعبير عن الحب يكون بالكلمة تارة وبالإشارة تارة وبالنظرة تارة بل وباللمس والإيماء تارات أخرى. فمن كان يجيد هذا التعبير في كل فنونه فهو موفق. وأعتقد أن النساء أكثر تعبيرا من الرجال فالمرأة كثيرا ما تشتكي الجفاء والقسوة من زوجها.



يقولون: الرجل طفل كبير!

وأنا أقول: الرجل جنين وليس طفلًا.. الطفل ممكن ينزف... ينطق.. لكن الجنين محمي بحنان رباني وبعالم هادئ بتدليل أمومي.. الرجل مهما لقي من صفات رائعة في زوجته.. دائمًا يبحث عن حنان أمه فيها.. والحنان يلين الصخر.

* * * *





لا أطيق زوجي:

حينما تقولين: لا أطيق زوجي.. أنا أكرهه فهذا يعني أن لسانك نطق بكلمة الكره، تلك الكلمة التي تملأ القلوب غلًا تتوغل في النفوس المطمئنة فتقتل فيها الإحساس المرهف وتغتال كل معاني الرحمة والرقة لتحولها إلى نفس شريرة حاقدة.

الكراهية! كم هي قادرة على تحطيم كل جسور المودة والمحبة التي تربطنا بالآخرين! فهل من معتبرة؟!.



بصراحة:

إذا أساء لك زوجك يومًا من الأيام وقسا عليك بدون رحمة فحاولي أن ترحمي أنت نفسك بنفسك ولا تمنعيها من البكاء عند إحساسك برغبتك فيه، فقدرتك على البكاء "نعمة" يحسدك عليها أولئك الذين تبكينهم.. ولا يشعرون! ولو كان زوجك!!

هذه هي الدنيا.. يوم لك وأيام عليك.

* * * *



سعة الأفق:

إن الزوجة صاحبة الأفق الواسع تتفهم الأمور بشكل جيد وتعلم حين تصاب بمشكلة مع زوجها أو فتور عاطفي تعرف جيدًا أنه لن يتحقق لها ما تريده ١٠٠٪، وأن هذا من قدر الله.. وما شاء جل وعلا فعل..

الزوجة صاحبة الأفق الواسع قد تكره أمرًا ويكون فيه الخير والبركة، وقد تفرح بأمر فيكون فيه الشر، فلا تقلق ولا تحزن، بل تتوكل وتفعل السبب فليت زوجاتنا يكن كذلك!.



الرجل هو ما هو أنتِ:

كثير من الزوجات يفشلن في حياتهن الزوجية بسبب ما يسمى بعقدة الأنوثة وصاحبة هذه العقدة لا تعتز بأنوثتها، ولا تعترف لزوجها بقوامته وحقه الطبيعي في قيادة الأسرة، وهي دائمًا تشعر أنه يستضعفها ويمارس عليها رجولته، فتحاول بدورها إثبات نديتها له، فينتج عن ذلك المشكلات التي تحول حياتهما إلى جحيم مستمر. وأعتذر لصراحتي!

* * * *



عندما يتحدث الدمع:

يصمت كل شيء وتنعدم الرؤيا كليا، فهناك مزيد من الألم سببه لك زوجك الغالي حرمك بسببه الاستمتاع بالحياة الهانئة ومع هذا تخنقك العبرة المحبوسة ولا يوجد أصدق من ذلك الدمع، فهو يخبرك عاجلا في الوقت المناسب بما غاب عن خاطرك علك تجدين بعد سقوطه راحة. يستطيع الإنسان أن يقهر الآخر بما عنده من قوة وسلطان لكن قطرة واحدة من دمع تكفي لإذابة جبال من جبروت ذلك الإنسان ولو كان زوجك.



لا تتخيلي كل من حولك ملائكة:

وخاصة لحظة خلافك مع زوجك الغالي.. فتنهار أحلامك.. وتموت آمالك.. ولا تجعلي ثقتك به عمياء كذلك.. فتبكين على سذاجتك القاتلة.. بل كوني متوازنة في التعامل مع زوجك ولتكن فيك طبيعة الماء الذي يحطم قوة الصخرة بينما ينساب قطرة.. قطرة وستكون النتيجة لك لكن اصبري واصبري واصبري!!

* * * *



تقلبات الزوجة المزاجية:

تبعث على الضيق وسوء الفهم، وكثرة الظن السيئ بالآخرين مع أنه يجب التقليل من حدة هذه التقلبات المزاجية وأن تتفهمها:

- فلا تبتئسي من انتقاد الآخرين، فلعل له مبررًا لذلك.
- وتناسي مضايقات زوجك الصباحية ولا تجعلي ردود الفعل الانفعالية تقودك إلى الخطأ وسكب مزيد من البنزين على النار المشتعلة.
- لا تلقي باللوم على زوجك فقط، بل كوني أكثر تفهما لغيرك.

❋ ❋ ❋ ❋

انتهى الجزء الأول

ترقبوا الجزء الثاني قريباً - إن شاء الله -

